လူငယ်သင်

ချမ်းမြေ့

# အခြေပြုး

# ဗုဒ္ဓဘာသာ

| သာသနာနှစ် | မြန်မာနှစ် | ခရစ်နှစ် |
|---|---|---|
| ၂၅၃၈ | ၁၃၅၆ | ၁၉၉၅ |

# များလှအကျိုးတွေ

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ ပွင့်ထွန်းလာ၍၊
သစ္စာလေးအင်၊ ရှစ်မဂ္ဂင်နှင့်၊
သုံးအင်လက္ခဏာ၊ သင်္ခတာ’သင်္ခတ၊
မြတ်ဓမ္မကို၊ နက်လှဉာဏ်တော်၊
ဟောထုတ်ဖော်၍၊ သူတော်အများ၊
သိရငြား၊ များလှအကျိုးတွေ။

# ကြိုးစားကြပါစို့

လူနတ်ပြဟ္မာ၊ သတ္တဝါတို့၊
များစွာကျိုးရ၊ ချမ်းသာလှသည့်၊
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ သာသနာသည်၊
ရှည်ကြာတည်တံ့၊ ရှည်ခိုင်ခံ့၍၊
ပျံ့နှံ့တိုးပွါး၊ ကျင့်သူများလျက်၊
ရွာချမ်းသာ၊ ချမ်းမြေ့သာအောင်၊
ညီညာတို့များ၊ တာဝန်ထား၊
ကြိုးစားကြပါစို့။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်

ပြုစုသည့်

# လူငယ်သင်

# ချမ်းမြေ့အခြေပျိုး ဗုဒ္ဓဘာသာ

၂၃၇၆၄

စာမူခွင့်ပြုချက်
အမှတ်
၈၃၄ / ၉၁(၁၂)

မျက်နှာဖုံး ခွင့်ပြုချက်
အမှတ်
၁၀၄ / ၉၂(၂)

ပဌမအကြိမ်

၁၉၉၂ ခုနှစ်
ဧပြီလ

အုပ်ရေ
(၅၀၀၀)

# ဓမ္မဒါန

**ထုတ်ဝေသူ**

ဦးအောင်သိန်း
ကင်းလွတ်ခွင့်အမှတ် (၅၈)
ဓမ္မဒေသနာပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ငယ်
ချမ်းမြေ့ရိပ်သာကျောင်း
၅၅(က)၊ ကမ္ဘာအေးဘုရားလမ်း
မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း– ၆၆၁၄၇၉

**အတွင်းမျက်နှာဖုံး ပုံနှိပ်သူ**

ဒေါ်ခင်စီ (၀၁၄၈၀)
မေတ္တာမိုးပုံနှိပ်တိုက်
၂၂–ဓမ္မဝိဟာရလမ်း
ကျောက်မြောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း–၅၅၀၆၂၆

လူငယ်သင်

# ချမ်းမြေ့ အခြေပျိုး ဗုဒ္ဓဘာသာ

## မာတိကာ


| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|
| **အခန်း(၁) ရတနာမြတ်သုံးပါး** | **၁–၄** |
| ဗုဒ္ဓရတနာ= ဘုရားမြတ်ရတနာ | ၂ |
| ဓမ္မရတနာ= တရားမြတ်ရတနာ | ၃ |
| သံဃရတနာ= သံဃာတော်မြတ်ရတနာ | ၄ |
| **အခန်း(၂) ဗုဒ္ဓ=မြတ်စွာဘုရား** | **၅–၃၄** |
| ဗုဒ္ဓဝင်အကျဉ်း | ၅ |
| ဆုတောင်းပြည့်ရန် အင်္ဂါရှစ်ပါး | ၁၀ |
| ပါရမီ ၁၀ ပါး | ၁၁ |
| ဘုရားလောင်းဖွားမြင်ခြင်း | ၁၂ |
| လယ်ထွန်မင်္ဂလာ | ၁၅ |
| နိမိတ်လေးပါး | ၁၆ |
| တောထွက်ခြင်း | ၁၇ |
| ဆရာ ရသေ့နှစ်ပါး(၁၈)၊ ဒုက္ကရစရိယာ အကျင့်များ | ၁၉ |
| အကျင့်များကို စွန့်ပြီ၊ ဗောဓိညောင်ပင် | ၂၀ |
| ဘုရားဖြစ်ပြီ | ၂၁ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|
| ခုနစ်ရက် ခုနစ်လီ စံနေတော်မူခြင်း | ၂၂ |
| အစဆုံး သရဏဂုံ တည်သူများ | ၂၄ |
| တရားဦး | ၂၅ |
| သာသနာပြု စေလွှတ်တော်မူခြင်း | ၂၆ |
| ဘဒ္ဒဝဂ္ဂီညီနောင်သုံးကျိပ်၊ | ၂၆ |
| ကဿပညီနောင်သုံးပါး၊ ဥပတိဿနှင့် ကောလိတ | ၂၇ |
| အရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန် | ၂၈ |
| ခမည်းတော်က အပင့်လွှတ်ခြင်း | ၂၉ |
| ရှင်ကာဠုဒါယီ၏ ပန်းချီကား | ၂၉ |
| ကပ္ပိလဝတ်၌ ကျေးဇူးဆပ်ခြင်း၊ ကျောင်းခွင့်ပြုခြင်း | ၃၀ |
| အနာထပိဏ်၏ သဒ္ဓါတရား၊ သံသရာဇာတ်သိမ်း | ၃၁ |
| ဘုရားဂုဏ်တော် ၉ ပါး | ၃၂ |
| **အခန်း(၃) ဓမ္မ=တရားတော်** | **၃၅-၄၈** |
| ကိုယ်တွေ့တရား | ၃၅ |
| လောကုတ် လောကီ နှစ်လီအကျိုး | ၃၆ |
| **ဓမ္မစကြာတရားတော်၏ လိုရင်းသဘော** | ၃၇ |
| သစ္စာလေးပါး | ၃၈ |
| ရဲရင့်စွာ ဝန်ခံတော်မူခြင်း | ၃၉ |
| ပထမဆုံး သောတာပန် | ၄၀ |
| ပထမဆုံး ရဟန္တာများ | ၄၁ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
| --- | --- |


**အနတ္တလက္ခဏသုတ်တော်၏ လိုရင်းသဘော** ၄၁
အလိုမလိုက် အစိုးမရ အနတ္တ ၄၁
မတည်မမြဲ ဆင်းရဲသောကြောင့် အနတ္တ ၄၂
၁၁ ပါး အပြားအားဖြင့် အနတ္တဟုရှုပုံ ၄၂
ဉာဏ်အဆင့်ဆင့်ဖြစ်ပေါ်ပုံ ၄၃
**အာဒိတ္တပရိယာယသုတ်** ၄၃
ရသေ့ညီနောင် ရှင်တစ်ထောင် ၄၃
အာဒိတ္တပရိယာယသုတ်၏ အချုပ်သဘော ၄၄
ဒွါရခြောက်ဖုံ၊ အာရုံခြောက်တန် ၄၄
ဝိဉာဏ်ခြောက်ဝ၊ ဖဿခြောက်ဖြာ၊ ဝေဒနာခြောက်ပါး ၄၅
ဉာဏ်အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်ပုံ ၄၅
မီး ၁၁ ပါး ၄၆
တရားဂုဏ်တော် ၆ ပါး ၄၇

**အခန်း(၄) သံဃာ=အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း** ၄၉–၆၂
ဥပါသကာ တပည့် ၄၉
အရိယာသံဃာ ပရမတ္ထသံဃာ ၅၀
ပုထုဇဉ်သံဃာ သမ္မုတိသံဃာ ၅၁
အရိယာသံဃာတော် ရှစ်ယောက် ၅၁
အရှင်ကောဏ္ဍည ၅၂
အရှင်သာရိပုတ္တရာ ၅၄

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|


| | |
|---|---|
| အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန် | ၅၆ |
| အရှင်အာနန္ဒာ | ၅၈ |
| ပထမသံဂါယနာ၊ ရဟန္တာဖြစ်ပုံ ထူးဆန်း | ၅၉ |
| သံဃာ့ဂုဏ်တော် ၉ ပါး | ၆၀ |
| **အခန်း(၅) သရဏဂုံ** | **၆၃–၇၆** |
| သရဏဂုံခံယူပုံ လေးမျိုး | ၆၄ |
| ရှိခိုးတိုင်း သရဏဂုံမဖြစ် | ၆၆ |
| သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းခြင်း ၄ မျိုး | ၆၇ |
| သရဏဂုံပျက်ပုံ ၂ မျိုး၊ သရဏဂုံ မတည်နိုင်သူ | ၆၈ |
| သရဏဂုံနှစ်မျိုး၊ သရဏဂုံ၏ အကျိုး | ၆၉ |
| နတ်ဖြစ်ရသော တံငါသည် | ၆၉ |
| ၇ နှစ်သား ရဟန်းကလေး | ၇၀ |
| သရဏဂုံ အမှားများ၊ အမှန်အမှား ဝေဖန်နည်း | ၇၂ |
| အကျင့်လမ်းမှန် မဂ္ဂင်ရှစ်တန် | ၇၃ |
| ဥပါသကာ ဥပါသိကာ | ၇၅ |
| **အခန်း(၆) သီလ** | **၇၇–၁၂၈** |
| ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ အပြစ်ဆိုတာ | ၇၇ |
| ကိုယ်ကျင့်သီလ ပျက်စီးလျှင် | ၇၉ |
| ကိုယ်ကျင့်သီလ ပြည့်စုံလျှင် | ၇၉ |

**အကြောင်းအရာ** **စာမျက်နှာ**


| | |
|---|---|
| သီလ၏အကျိုးငါးပါး | ၈၀ |
| ဟိရီ သြတ္တပ္ပကြောင့် သီလစင်ကြယ်သူ | ၈၀ |
| သီလ၏ ကြောင်းကျိုးအဆက်ဆက် | ၈၂ |
| သီလစင်ကြယ်၍ ရဟန္တာဖြစ်သူ | ၈၄ |
| လူတိုင်း ဆောက်တည်သင့် | ၈၅ |
| မဆောက်တည်လျှင်၊ ခြားနားချက် | ၈၆ |
| သီလအမျိုးမျိုး၊ သီလဆောက်တည်ပုံ | ၈၇ |
| ငါးပါးသီလတောင်းရန် | ၈၉ |
| သိက္ခာပုဒ် ဆောက်တည်ပုံ | ၉၀ |
| ပါဏာတိပါတကံ၏ ဆိုးကျိုးများ | ၉၂ |
| ပါဏာတိပါတ ရှောင်ကြဉ်ကျိုးများ | ၉၂ |
| အရှင်လတ်လတ် ပုပ်နေသောမထေရ် | ၉၃ |
| သည်ဘဝကံကြောင့် သည်ဘဝခံ | ၉၅ |
| အမှတ်မထင်ပြုမိတတ်သည့်ကံ | ၉၇ |
| ချိနဲ့နေသော အမေရိကန်မ၊ လယ်ယာဦးကြီး | ၉၈ |
| အဒိန္နာဒါနကံ၏ ဆိုးကျိုးများ | ၉၉ |
| အဒိန္နာဒါနရှောင်ကြဉ်ကျိုးများ | ၁၀၀ |
| သိတ်ထက်မိုက်သူ | ၁၀၁ |
| အဝတ်သူခိုးမ | ၁၀၄ |
| ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံ၏ ဆိုးကျိုးများ | ၁၀၇ |
| မိစ္ဆာစာရရှောင်ကြဉ်ကျိုးများ | ၁၀၈ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
| --- | --- |
| သူတစ်ပါးသားမယား ပြစ်မှားသူ၏ အဖြစ်ဆိုး | ၁၀၈ |
| မုသာဝါဒ၏ ဆိုးကျိုးများ | ၁၁၂ |
| မုသာဝါဒ ရှောင်ကြဉ်ကျိုးများ | ၁၁၂ |
| လိမ်ညာရမှာ ကြောက်စရာ | ၁၁၂ |
| ထူးဆန်းသောည၊ ကြောက်မက်ဖွယ်ည | ၁၁၆ |
| သုရာမေရယဆိုတာ | ၁၂၂ |
| သုရာမေရယကံ၏ ဆိုးကျိုးများ | ၁၂၃ |
| သုရာမေရယ ရှောင်ကြဉ်ကျိုးများ | ၁၂၄ |
| အရက်ကြောင့် အဆင်းရဲကြီးဆင်းရဲရ | ၁၂၄ |
| အဆုံးရှုံးကြီး ဆုံးရှုံးရ | ၁၂၆ |
| အဆို အက ကောင်းသော ရသေ့များ | ၁၂၇ |
| အရှင်သာဂတထေရ် | ၁၂၈ |
| **အခန်း(၇) ရှစ်ပါးသီလ စသည်** | **၁၂၉–၁၄၈** |
| သိက္ခာပုဒ်ရှစ်ပါး | ၁၃၀ |
| ဥပုသ်စောင့်ခြင်း | ၁၃၁ |
| စင်ကြယ်သောဥပုသ် | ၁၃၂ |
| ဥပုသ်စောင့်ထိန်းရကျိုး | ၁၃၃ |
| ဥပုသ်စောင့်ရင်း သောတာပန်ဖြစ်သူ | ၁၃၄ |
| ကိုးပါးသီလ၊ နဝင်္ဂဥပုသ်သီလတောင်း | ၁၃၆ |
| ဥပေါသထသုတ်၊ ဥပုသ်သုံးမျိုး | ၁၃၈ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
| --- | --- |
| နိဂဏ္ဌဥပုသ်၊ နွားကျောင်းသားဥပုသ်၊ အရိယဥပုသ် | ၁၃၉ |
| အရိယဥပုသ်ခြောက်မျိုး | ၁၃၉ |
| ဂဟဋ္ဌဆယ်ပါးသီလတောင်းရန် | ၁၄၂ |
| ဆယ်ပါးသီလ စောင့်ထိန်းကြသူများ | ၁၄၃ |
| ဗြဟ္မစရိယ ပဋ္ဌမကသီလ | ၁၄၄ |
| ကောမာရဗြဟ္မစရိယသီလ | ၁၄၅ |
| ဧကဘတ္တိက ဆက္ကသီလ၊ အာဇီဝဋ္ဌမကသီလ | ၁၄၆ |
| **အခန်း(၈) ဒုစရိုက်နှင့် သုစရိုက်** | **၁၄၉–၁၆၄** |
| ဒုစရိုက်ဆယ်ပါး | ၁၄၉ |
| သုစရိုက်ဆယ်ပါး | ၁၅၁ |
| အကုသလကမ္မပထ ကုသလကမ္မပထ | ၁၅၂ |
| ဒုစရိုက်၏ ဆိုးကျိုးများ | ၁၅၃ |
| အရက်သေစာသည် ဒုစရိုက် | ၁၅၆ |
| ထူးဆန်းသောဝက်လူကြီး | ၁၅၆ |
| နာမည်ကြီး အမ္ဗပါလီ | ၁၅၉ |
| ဆုတောင်းလို့ တောင်းပန်လို့မရနိုင် | ၁၆၃ |
| **အခန်း(၉) ကြီးပွားချမ်းသာရေး ဩဝါဒများ** | **၁၆၅–၁၇၆** |
| ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ဩဝါဒအချုပ် | ၁၆၅ |
| ရှိသေခြင်း ရှိခိုးခြင်း၏အကျိုး | ၁၆၆ |
| စိတ်ကိုနိုင်အောင်ထိန်း | ၁၆၆ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
| --- | --- |


| | |
| --- | --- |
| စိတ်ကိုဆုံးမလျှင် ချမ်းသာ၏ | ၁၆၇ |
| စိတ်ကိုထိန်းသူနှင့် မထိန်းသူ | ၁၆၇ |
| ကြီးပွါးကြောင်းတရား ၇ပါး | ၁၆၇ |
| မကောင်းမှု၏အကျိုး၊ ကောင်းမှု၏အကျိုး | ၁၆၈ |
| သူတော်ကောင်း၏ဂုဏ်ရနံ့ | ၁၆၉ |
| သူတော်ကောင်းနှင့် ပေါင်းသင်းပါ | ၁၇၀ |
| လူယောက်မ၊ လူလျှာ | ၁၇၀ |
| ရွှေအိုးကို လက်ညှိုးထိုးပြသူ | ၁၇၁ |
| တောထဲကကျွဲကန်း၊ ဆရာကောင်းထံနည်းခံ | ၁၇၁ |
| တန်ဖိုးရှိသောစကား၊ ဝီရိယတန်ဖိုး | ၁၇၂ |
| အကုသိုလ်အကျိုးပေး ရှောင်ပြေးလို့မရ | ၁၇၂ |
| **ဒီဃဇာဏုသုတ်** | ၁၇၃ |
| ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ၊ အာရက္ခသမ္ပဒါ | ၁၇၃ |
| ကလျာနမိတ္တတာ၊ သမဇီဝိတာ | ၁၇၄ |
| ပျက်စီးကြောင်းတရား ၄ ပါး | ၁၇၄ |
| တမလွန်ချမ်းသာကြောင်းတရား ၄ ပါး | ၁၇၅ |
| စီးပွါးပျက်ကြောင်း တရားများ | ၁၇၅ |
| ရွှေကျင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဩဝါဒများ | ၁၇၆ |
| **အခန်း(၁၀) ကံ= အလုပ်** | **၁၇၇–၁၈၆** |
| ရည်ရွယ်ချက်နှင့် တက်ကြွစိတ် | ၁၇၈ |
| ကံမမြောက်သောအလုပ်များ၊ စေတနာသည် ကံ | ၁၇၉ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
| --- | --- |
| အကြောင်းနှင့်အကျိုး | ၁၈၀ |
| ကံ၏ အကျိုးပေးချိန် | ၁၈၃ |
| သတိပြုစရာ | ၁၈၄ |
| ပစ္စုပ္ပန် ကံ ဉာဏ် ဝီရိယကိုသာ အားကိုး | ၁၈၅ |
| မှန်ကန်သော သဘောထား | ၁၈၆ |
| **အခန်း (၁၁) သိမှတ်ဖွယ် တရားအစုများ** | **၁၈၇–၁၉၉** |
| ပုညကြိယဝတ္ထု ၁၀ ပါး | ၁၈၇ |
| လူတော်လူကောင်း အရည်အသွေးများ | ၁၈၈ |
| အရိယာဥစ္စာ ၇ ဖြာ၊ | ၁၈၉ |
| သူမိုက် သူယုတ်လက္ခဏာ ၃ ပါး၊ | ၁၈၉ |
| သူတော်သူမြတ်လက္ခဏာ ၃ ပါး၊ | ၁၈၉ |
| သူယုတ်ဟုသိကြောင်း လက္ခဏာ | ၁၈၉ |
| သူတော်ကောင်းဟုသိကြောင်း လက္ခဏာ | ၁၉၀ |
| လောကပါလတရား နှစ်ပါး | ၁၉၁ |
| လောကဓံတရားရှစ်ပါး၊ ချမ်းသာ လေးမျိုး | ၁၉၁ |
| သပ္ပုရိသဒါန ငါးမျိုး | ၁၉၂ |
| တနည်းသပ္ပုရိသဒါန ငါးမျိုး၊ အသပ္ပုရိသဒါန ငါးမျိုး | ၁၉၃ |
| တနည်းသပ္ပုရိသဒါန ၈ မျိုး၊ ဝိဇ္ဇာ သုံးပါး | ၁၉၄ |
| ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး၊ စရဏတရား တစ်ဆယ့်ငါးပါး | ၁၉၅ |
| လောကသုံးပါး | ၁၉၆ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
| --- | --- |
| အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး | ၁၉၇ |
| အက္ခဏရှစ်ပါး (ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး) | ၁၉၇ |
| ရန်သူမျိုးငါးပါး၊ ဝိပတ္တိတရား လေးပါး | ၁၉၈ |
| ဗျသနတရား ငါးပါး | ၁၉၉ |
| **အခန်း(၁၂) ဓုတင် တဆယ့်သုံးပါး** | **၂၀၀-၂၁၄** |
| ပံ့သကူဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၀၂ |
| တိစီဝရိက်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၀၃ |
| ပိဏ္ဍပါတ်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၀၄ |
| သပဒါနစာရိကဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၀၄ |
| ဧကာသနိက်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၀၅ |
| ပတ္တပိဏ်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၀၆ |
| ခလုပစ္ဆာဘတ်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၀၇ |
| အာရညကင်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၀၇ |
| ရုက္ခမူဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၀၉ |
| အဗ္ဘောကာသိကဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၁၀ |
| သုသာန်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၁၁ |
| ယထာသန္တတိဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ | ၂၁၂ |
| နိသဇ္ဇိဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ၊ အပ္ပိစ္ဆတာဂုဏ် | ၂၁၃ |
| ဓုတင်ကို လျှို့ဝှက်သူ | ၂၁၄ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|
| **အခန်း(၁၃) သမာဓိ** | **၂၁၅-၂၂၀** |
| ဈာန်နှင့်အပ္ပနာ | ၂၁၅ |
| ဈာန်ချမ်းသာ၊ ဈာန် လေးဆင့် ငါးဆင့် | ၂၁၆ |
| ကသိုဏ်းဆယ်ပါး၊ အသုဘဆယ်ပါး | ၂၁၈ |
| အနုဿတိဆယ်ပါး | ၂၁၈ |
| ဗြဟ္မဝိဟာရလေးပါး၊ အာရုပ္ပလေးပါး | ၂၁၉ |
| သညာတစ်ပါး၊ ဝဝတ္ထာန်တစ်ပါး | ၂၁၉ |
| ဝိပဿနာ၏ အခြေခံသမာဓိ | ၂၂၀ |
| **အခန်း(၁၄) မေတ္တာဘာဝနာ** | **၂၂၁-၂၃၄** |
| မေတ္တာဆိုသည်မှာ | ၂၂၁ |
| တဏှာချစ်ကြောင့် ဆင်းရဲရ | ၂၂၂ |
| မေတ္တာချစ်ကြောင့် ချမ်းသာရ၊ ပွါးသူတို့ကိုယ်တွေ့ | ၂၂၃ |
| အပြစ်ရှာသူ | ၂၂၄ |
| မကောင်းသတင်းလွှင့်သူ | ၂၂၅ |
| ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်မှ အကျိုးများ | ၂၂၅ |
| သာမာဝတီ၏ မေတ္တာစွမ်း | ၂၂၆ |
| မေတ္တာပွားခြင်း၏အကျိုး တစ်ဆယ့်တစ်ပါး | ၂၂၇ |
| ဩဓိမေတ္တာ အနောဓိမေတ္တာ၊ လက်ဦးသိထားနှင့်ရန် | ၂၂၈ |
| ပရိကံ (၂၃၀)၊ ပွါးပုံအစဉ်၊ ပွါးပုံ | ၂၃၁ |
| တိုးတက်မှု (၂၃၃)၊ ဩဓိမှ အနောဓိသို့ | ၂၃၄ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
| --- | --- |
| **အခန်း:(၁၅) ပညာ** | **၂၃၅-၂၅၂** |
| ပညာနှစ်မျိုး | ၂၃၅ |
| သမထပုဗ္ဗင်္ဂမဝိပဿနာ၊ သုဒ္ဓဝိပဿနာ | ၂၃၆ |
| ဝိပဿနာဆိုတာ | ၂၃၆ |
| သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ၊ မရွေးချယ်ရ၊ ထိုင်ပုံ | ၂၃၇ |
| မျက်စိ၊ ကိုယ်ရောစိတ်ပါလျော့လျော့ကလေး၊ စရှုပုံ | ၂၃၈ |
| ဝါယောဓါတ်၊ စကားလုံးကိုမရှုနှင့် သဘာဝကိုရှု | ၂၃၉ |
| စိတ်ပျံ့လွင့်ယင် (၂၄၁)၊ စိတ်ကို ပြန်မဆွဲနှင့် | ၂၄၂ |
| မူလအာရုံကို တွယ်ကပ်မနေပါနှင့်၊ ဒုက္ခဝေဒနာ | ၂၄၃ |
| နိဗ္ဗာန်တံခါးသော့၊ သည်းမခံနိုင်တော့လျှင် | ၂၄၄ |
| စင်္ကြံ လျှောက်လျှင်၊ မျက်စိကိုထိန်းပါ | ၂၄၅ |
| ဖြည်းဖြည်း ခြေလှမ်းစိပ်စိပ်၊ ရှုမှတ်ချက်တိုးပါ | ၂၄၆ |
| စင်္ကြံ လမ်းအဆုံးမှာ | ၂၄၇ |
| စင်္ကြံ ကို ဂရုစိုက်ပါ၊ စင်္ကြံ ရှုမှတ်မှု ရည်ရွယ်ချက် | ၂၄၈ |
| သမ္မဇညပိုင်း ရှုပုံ၊ ရှုပုံနည်းပြ | ၂၄၉ |
| အသေးစိတ် အမူအရာ၊ ရှုမှတ်မှုချင်း ဆက်စပ်မိမှ | ၂၅၀ |
| ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်ပုံ | ၂၅၁ |
| **အခန်း: (၁၆) သာမဏေရပဗ္ဗဇ္ဇာ** | **၂၅၃-၂၇၉** |
| မွန်မြတ်သည့် အစဉ်အလာ | ၂၅၃ |
| မိဘခွင့်ပြုမှ ရှင်ပြုရ၊ ဆံချရန်သံဃာကိုပန်ကြား | ၂၅၄ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
| --- | --- |
| ပန်ကြားရခြင်းအကြောင်းရင်း | ၂၅၅ |
| တစပဋ္ဌကနှလုံးသွင်း၊ တစပဋ္ဌက ကမ္မဋ္ဌာန်း | ၂၅၆ |
| သင်္ကန်းပေးခြင်း | ၂၅၈ |
| ဆရာ့အထံ သင်္ကန်းအပ်ရန် | ၂၅၉ |
| ဆရာ့ထံမှ သင်္ကန်းတောင်းရန် | ၂၆၀ |
| ရှင်သာမဏေအဖြစ် တောင်းခံရန် | ၂၆၀ |
| ရှင်သာမဏေ ဆယ်ပါးသီလ | ၂၆၁ |
| သရဏဂုံဖြင့် ရှင်ပြု၊ အဓိပ္ပာယ်သိမှ ပိုကောင်းသည် | ၂၆၅ |
| ဌာန် ကရိုဏ်း ပယတ်၊ တာလုဇအက္ခရာ | ၂၆၆ |
| မုဒ္ဓဇအက္ခရာ၊ ဒန္တဇအက္ခရာ | ၂၆၇ |
| ဒန္တောဋ္ဌဇအက္ခရာ၊ သိထိလနှင့် ဓနိတ | ၂၆၈ |
| မြန်မာရွတ်ပုံ | ၂၆၉ |
| အိန္ဒိယ သီဟိုဠ်တို့ရွတ်ပုံ၊ မတူလို့ ခက်ခဲ | ၂၇၀ |
| သိက္ခာပုဒ် ဆောက်တည်သင့် | ၂၇၁ |
| ဆယ်ပါးသီလနှင့် လိင်ဒဏ် | ၂၇၂ |
| သရဏဂုံပြန်ထပ် | ၂၇၃ |
| လိင်ဆယ်ပါး | ၂၇၄ |
| ခြားနားချက် | ၂၇၅ |
| ဒဏ်ဆယ်ပါး | ၂၇၆ |
| ပစ္စည်းလေးပါး ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်ရန် | ၂၇၈ |
| ယောဂီများ ပစ္စဝေက္ခဏာအကျဉ်းချုပ် ဆင်ခြင်ရန် | ၂၇၈ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|


| | |
|---|---|
| **အခန်း (၁၇) ဘာသာတရားများ** | ၂၈၀–၃၂၇ |
| **ဟိန္ဒူဘာသာ** | ၂၈၁ |
| အခြေခံယုံကြည်ချက်များ | ၂၈၁ |
| ပေါ်ပေါက်လာပုံ | ၂၈၃ |
| တစ်ဆူတည်းမှ ကိုယ်ပွါးသုံးဆူ | ၂၈၄ |
| ဘုရားဝင်စား အဝတာရများ | ၂၈၅ |
| **ဒိုရိုအက်စတားဘာသာ** | ၂၈၇ |
| အခြေခံယုံကြည်ချက်များ | ၂၈၇ |
| မီးကို ကိုးကွယ်သူများ | ၂၈၈ |
| အသုဘချဖို့ ခက်သူများ၊ ပေါ်ပေါက်လာပုံ | ၂၈၉ |
| အလက်ဇန္ဒားဘုရင် | ၂၉၅ |
| မူဆလင်တို့ ဝင်ရောက်ခြင်း | ၂၉၆ |
| **ဂျူးဘာသာ** | ၂၉၇ |
| အခြေခံယုံကြည်ချက်များ | ၂၉၇ |
| ပေါ်ပေါက်လာပုံ | ၂၉၈ |
| ဟီဗရူး၏အစ၊ အဇ္ဇရေး၏အစ | ၂၉၉ |
| ပညတ်တော် ၁၀ ပါး | ၃၀၁ |
| စနစ်ကျသော ဂျူးဘာသာစတင်ချိန် | ၃၀၃ |
| ပါလက်စတိုင်းသို့ | ၃၀၄ |
| နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံအဖြစ် ပေါ်ပေါက်လာခြင်း | ၃၀၅ |
| ဂျူးဘာသာ ပြောင်းလဲလာချိန် | ၃၀၆ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
| --- | --- |


| | |
| --- | --- |
| ဂျေဟူဒီ ယေဟူဒီ ရဟူဒီ | ၃၀၈ |
| **ဗုဒ္ဓဘာသာ** | ၃၀၉ |
| အခြေခံ ယုံကြည်ချက်များ | ၃၀၉ |
| ပေါ်ပေါက်လာပုံ | ၃၁၀ |
| **ခရစ်ယာန်ဘာသာ** | ၃၁၀ |
| အခြေခံ ယုံကြည်ချက်များ | ၃၁၁ |
| ခရစ်ယာန်ဘာသာနှင့် ဂျူးဘာသာ ဆက်စပ်ပုံ | ၃၁၁ |
| ပေါ်ပေါက်လာပုံ | ၃၁၂ |
| အပို့စင်မှသာ ဖွား | ၃၁၃ |
| တောင်ပေါ်မှတရား | ၃၁၅ |
| ရန်သူ့မြေသို့၊ သစ္စာဖောက် | ၃၁၆ |
| နောက်ဆုံးည | ၃၁၇ |
| **အစ္စလာမ်ဘာသာ** | ၃၁၈ |
| အခြေခံယုံကြည်ချက်များ | ၃၁၈ |
| ပေါ်ပေါက်လာပုံ | ၃၂၀ |
| မိုဟာမက် ဖွားမြင်ခြင်း | ၃၂၂ |
| အစ္စလာမ်ဘာသာ၏ အစ | ၃၂၃ |
| မဒီနာသို့ ရွှေ့ပြောင်းရခြင်း | ၃၂၄ |
| ခုနှစ် ရေတွက်ပုံ | ၃၂၅ |
| ဟာ့ဂျ်သွားရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက် | ၃၂၆ |

| အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|
| **အခန်း(၁၈) နေ့စဉ်ကုသိုလ်ဝတ်များ** | **၃၂၈–၃၄၃** |
| ငယ်စဉ်ကစ၍၊ အလိုမလိုက် အပေါင်းမမှား | ၃၂၈ |
| မိဘတို့တာဝန်၊ ကုသိုလ်အလေ့အကျင့် | ၃၂၉ |
| ဘုရားရှိခိုးအကျဉ်း၊ တရားရှိခိုးအကျဉ်း | ၃၃၀ |
| သံဃာရှိခိုးအကျဉ်း၊ ပန်းကပ်လှူပူဇော်ရန် | ၃၃၁ |
| ဆီမီးကပ်လှူပူဇော်ရန်၊ ရေချမ်းကပ်လှူပူဇော်ရန် | ၃၃၂ |
| ဆွမ်းကပ်လှူပူဇော်ရန် | ၃၃၂ |
| သစ်သီးကပ်လှူပူဇော်ရန်၊ ဆုတောင်းအမျှဝေ | ၃၃၃ |
| မေတ္တာပို့အကျဉ်း | ၃၃၄ |
| ၅၂၈ သွယ် မေတ္တာပို့အကျယ် | ၃၃၅ |
| မေတ္တာသာရဏီယတရား | ၃၄၀ |
| ချမ်းမြေ့ရိပ်သာကျောင်း မေတ္တာပွားရန် | ၃၄၁ |
| ဆုတောင်းအမျှဝေ | ၃၄၄ |

လူငယ်သင်

# ချမ်းမြေ့ အခြေပြုဗုဒ္ဓဘာသာ

## အခန်း (၁)

## ရတနာမြတ် သုံးပါး

လောက၌ ရွှေ၊ ငွေ၊ စိန်၊ ကျောက်စသော လူတို့၏ အဖိုးတန် အသုံးအဆောင်တို့ကို လူတို့၏ စိတ်နှလုံးကို ရွှင်ပြုံးနှစ်သက် စွဲမက်ရွှင်ပျော်စေတတ်သောကြောင့် **ရတနာ**ဟု ခေါ်ကြ၏။

ထို့အတူပင် ဗုဒ္ဓ=မြတ်စွာဘုရား၊ ဓမ္မ=တရားတော်၊ သံဃ= သံဃာတော်တို့ကိုလည်း သတ္တဝါတို့၏ စိတ်ကို နှစ်သက်မွေ့လျော် ရွှင်ပျော်ကြည်နူးစေတတ်သောကြောင့် **ရတနာ** ဟူသော အမည်ထူးဖြင့် ချီးကျူးပူဇော်ကြရ၏။

တို့ကြောင့် လောကဥ္စ ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာဟု ရတနာတော်မြတ် သုံးပါးကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ယုံကြည်လေးမြတ် ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ကြရ၏။

## ဗုဒ္ဓရတနာ=ဘုရားမြတ်ရတနာ

ဗုဒ္ဓဆိုသည်မှာ တရားအလုံးစုံကို ကိုယ်တော်တိုင် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်း၍ သိမြင်သော အမြတ်ဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ကို ခေါ်သည်။ မြန်မာလို **မြတ်စွာဘုရား** ဟု ခေါ်ဝေါ်သိမှတ်ကြသည်။ **ဘုရားမြတ်ရတနာ** ဟု အထွတ်အမြတ် ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ကြသည်။

**ပွင့်ထွန်းတော်မူလာပုံ** ယေရှုခရစ်မပေါ်မီ နှစ်ပေါင်း ၆၀၀ ခန့်က ယခု အိန္ဒိယပြည်နှင့် နီပေါပြည် နယ်စပ်တွင် **ကပိလဝတ်ပြည်** ရှိသည်။ အုပ်ချုပ်သူမှာ သာကီမျိုး ဘုရင် **သုဒ္ဓေါဒန**၊ မိဖုရားမှာ **မဟာမာယာဒေဝီ** ဖြစ်သည်။ သူတို့သားမှာ **သိဒ္ဓတ္ထ**ဖြစ်သည်။ သိဒ္ဓတ္ထ ၁၆ နှစ်သား အရွယ်ရောက်သောအခါ **ယသော်ဓရာ**မင်းသမီးနှင့် လက်ထပ်သည်။ ယသော်ဓရာမှာ သာကီမျိုးပင်ဖြစ်သော **သုပ္ပဗုဒ္ဓဘုရင်**၏ သမီးတော်ဖြစ်သည်။

**သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား** အသက် ၂၉ နှစ် ရှိသောအခါ ယသော်ဓရာမှ သားကလေး ရာဟုလာကို ဖွားမြင်သည်။ အိုသူ၊ နာသူ၊ သေသူတွေကို **သိဒ္ဓတ္ထ** မြင်ရ တွေ့ရပြီး အိုနာသေရေး ဆင်းရဲဘေးကို ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်လာသည်။ ထို့နောက် ရဟန်းတော် တစ်ပါးကို မြင်သောအခါ ရဟန်းတော်လို ငြိမ်းချမ်းချင်လာသည်။

ထို့ကြောင့် တောသို့ထွက်၍ ဆင်းရဲငြိမ်းရန် အမှန်တရားကို ရှာသည်။ ဥရုဝေလတောတွင် အကျင့်များ **ဒုက္ကရစရိယာအကျင့်**ကို ၆ နှစ် ပတ်လုံး ကျင့်ပြီးမှ မှားမှန်းသိ၍ စွန့်လွှတ်လိုက်ရသည်။ **ဂယာသီသ**သို့ ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်၍ အလယ်အလတ် အကျင့်မှန်ကို ကျင့်မှပင် အမှန်တရားလေးပါးကို ထိုးထွင်း သိမြင်ပြီး ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူသည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ **ဗုဒ္ဓ**အဖြစ် ပွင့်ထွန်း ပေါ်ပေါက် တော်မူလာသည်။

ဗုဒ္ဓ =မြတ်စွာဘုရား ထိုးထွင်းသိသော **အမှန်တရား လေးပါး**မှာ—

၁။ ဆင်းရဲအမှန်တရား (ဒုက္ခသစ္စာ)
၂။ ဆင်းရဲဖြစ်ကြောင်း အမှန်တရား (သမုဒယသစ္စာ)
၃။ ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းခြင်း အမှန်တရား (နိရောဓသစ္စာ)
၄။ ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းကြောင်း အကျင့်လမ်း အမှန်တရား(မဂ္ဂသစ္စာ)။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် ဂုဏ်တော် ကိုးပါးနှင့် ပြည့်စုံသည်။

---

## ဓမ္မရတနာ=တရားမြတ်ရတနာ

ယုံကြည်၍ လိုက်နာသူ လက်တွေ့ ကျင့်ကြံအားထုတ်သူ တို့ကို ဆင်းရဲမှလွတ်အောင် ဆောင်တတ်သော (၁) ဆုံးမသြဝါဒများ၊ (၂) ကျင့်စဉ်များ၊ (၃) ကျင့်၍ ရပြီးသော မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ နိဗ္ဗာန်တို့ကို **ဓမ္မ= တရား**ဟု ခေါ်သည်။ **တရားမြတ်ရတနာ** ဟု အထွတ်အမြတ် ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ကြသည်။

**ဆုံးမဩဝါဒများ—** မကောင်းတာ အပြစ်မကင်းတာကို မလုပ်နှင့်။ ကောင်းတာ အပြစ်ကင်းတာကိုသာ ပြုလုပ်။ တတ်နိုင်သမျှ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်ထား။

**ကျင့်စဉ်များ—** သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး။

**ကျင့်၍ရရှိသော တရားများ—** မဂ်ဉာဏ်လေးပါး၊ ဖိုလ်ဉာဏ်လေးပါး၊ နိဗ္ဗာန်။

တရားတော်သည် ဂုဏ်တော် ခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသည်။

---

## သံဃရတနာ=သံဃာတော်မြတ်ရတနာ

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူသည့်အတိုင်း လက်တွေ့ ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြသဖြင့် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရပြီးသော အရိယာသံဃာတော်အပေါင်းနှင့် ထို အရိယာသံဃာတော်တို့၏ အနွယ်ဝင် ပုထုဇဉ် ရဟန်းတော်များကို သံဃာဟုခေါ်သည်။ **သံဃာတော်မြတ်ရတနာ** ဟု အထွတ်အမြတ် ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ကြသည်။

အရိယာသံဃာသည် ဂုဏ်တော်ကိုးပါးနှင့် ပြည့်စုံသည်။

---

## ဗုဒ္ဓဘာသာ ဗုဒ္ဓသာသနာ

မြတ်စွာဗုဒ္ဓ ဟောကြားညွှန်ပြ ဆုံးမထားသော တရားတော်များကို **ဗုဒ္ဓဘာသာ၊ ဗုဒ္ဓသာသနာ** ဟုခေါ်သည်။

## ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ၊ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်များ

ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များကို ယုံကြည်၍ လိုက်နာ ကျင့်သုံးသူကို **ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ၊ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်များ** ဟုခေါ်သည်။

## အခန်း (၂)

## ဗုဒ္ဓ = မြတ်စွာဘုရား

### ဗုဒ္ဓဝင်အကျဉ်း

**ဘုရားလောင်း သုမေဓာ** ဤကမ္ဘာမှ ပြန်၍ ရေသည်ရှိသော် လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း ကြာမြင့်ခဲ့ပြီဖြစ်သော အချိန်တွင် **အမရဝတီ** မည်သောမြို့၌ **သုမေဓာ** ဟူသော ပုဏ္ဏားသူဌေးကလေးသည် ကွယ်လွန်လေသော မိဘတို့ ထားခဲ့သည့် ကုဋေပေါင်း များစွာသော ပစ္စည်းဥစ္စာတို့ကို ကြည့်၍ သံဝေဂတရား ဖြစ်ပွါးနေ၏။ "ငါ၏ မိဘတို့သည် ဤပစ္စည်းဥစ္စာ

တို့ကို ပင်ပန်းဆင်းရဲစွာ ရှာဖွေ စုဆောင်းခဲ့ကြသော်လည်း ပစ္စည်း တစ်စုံတစ်ခုကိုမျှ သူတို့နှင့်အတူ သေရာသို့ ပါအောင် ယူမသွားနိုင်ကြချေ၊ ငါသည်ကား ထိုပစ္စည်းတို့ကို ငါနှင့်အတူ ပါအောင်ယူသွားပေအံ့"ဟု ဆင်ခြင် စဉ်းစားကာ သံဝေဂဉာဏ် ဖြစ်ပွါးနေ၏။

ဤ **သုမေဓာ**သူဌေးကလေးကား နောင်သောအခါ **ဂေါတမ** နွယ်ဖွါး သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရား ဖြစ်လာမည့် ဘုရားအလောင်းတော် ပေတည်း။

**ပစ္စည်းစွန့်၍ တောထွက်** ထို့နောက် ပစ္စည်းဥစ္စာထားရာ ဘဏ္ဍာတိုက်တို့ကို ဖွင့်၍ "မည်သူမဆို မိမိအလိုရှိရာ ပစ္စည်းဥစ္စာကို လာရောက် ယူလှည့်ကြကုန်" ဟု တိုင်းပြည်အနှံ့ ကြေညာ၍ ပစ္စည်းအားလုံးကို ဝေငှ လှူဒါန်းပစ်လိုက်၏။

ပစ္စည်းများကို လှူဒါန်းပြီးသောအခါ ရသေ့ပြုပြီးလျှင် တောသို့ ဝင်၍ သမထတရားများကို ပွါးများအားထုတ်ရာ ဈာန်အဘိညာဏ်ရ၍ သစ်သီးသစ်ဥတို့ဖြင့် မျှတလျက် ဈာန်ချမ်းသာကို ခံစားနေ၏။ တစ်နေ့သော် ဈာန်ယာဉ်စီး၍ ကောင်းကင်ခရီး ကြွလေရာ **ရမ္မာဝတီ**မြို့ ပေါ်သို့ ရောက်သောအခါ လူအများ လှုပ်လှုပ်ရှားရှားဖြင့် မြေဖို့၊ လမ်းပြင် မြို့ကို တန်ဆာဆင်နေကြသည်ကို တွေ့မြင်ရသဖြင့် ကောင်းကင်မှ ဆင်းသက်၍ အကျိုးအကြောင်းကို စုံစမ်းမေးမြန်းရာ **ဒီပင်္ကရာ**မြတ်စွာဘုရား ကြွလာမည်ဖြစ်၍ မြို့ကို ပြင်ဆင်နေကြကြောင်း သိရ၏။

**မြေဖို့လမ်းပြင်** ထိုအခါ မိမိအတွက် အခွင့်ကောင်း တွေ့ရခြင်းပဲဟု နှလုံးသွင်းကာ မိမိအားလည်း ဆောင်ရွက်ဖွယ်ရာ တာဝန်တစ်ခု ပေးပါမည့်အကြောင်း တောင်းပန်သောအခါ **ရမ္မာဝတီ**မြို့သားတို့က **သုမေဓာ**ရသေ့၏ တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ်ကို သိကြသဖြင့် ရွှံ့ညွန်အလွန်ထူထပ်သော လမ်းတစ်နေရာကို မြေဖို့ပြုပြင်ရန် တာဝန်ပေးကြ၏။

**သုမေဓာ**ရသေ့ကလေးသည် သူ၏တန်ခိုးဖြင့် ဆောင်ရွက်လျှင် တစ်ခဏအတွင်း ပြီးစီးမည်ကို သိသော်လည်း ကုသိုလ်တရား ပိုမိုတိုးပွါးစေရန်နှင့် မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ပို၍ ကျေနပ်နှစ်သိမ့်မှု ရစေရန် ရည်သန်၍ တန်ခိုးကို အသုံးမပြုဘဲ လူအများနည်းတူ ပေါက်တူး၊ ခြင်းတောင်းတို့ဖြင့် မြေကို တူးယူသယ်ဖို့ခြင်းအမှု ပြုလေ၏။

ထိုသို့ **သုမေဓာ**ရသေ့ကလေး ရွှံ့ပြင်ကို မြေဖို့ လမ်းပြင်၍ မပြီးမီပင် **ဒီပင်္ကရာ** ရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည် ရဟန္တာ လေးသိန်း ခြံရံလျက် ကြွမြန်းတော်မူလာလေသည်။

**မိမိကိုယ်ကို တံတားခင်း** ရသေ့ကလေးသည် ရဟန္တာလေးသိန်း ခြံရံ၍ ရောင်ခြည်တော် ခြောက်သွယ်လွှတ်လျက် တင့်တယ်သပ္ပါယ်စွာ ကြွတော်မူလာသော မြတ်စွာဘုရားကို ဖူးမြော်ရသောအခါ "ငါသည် မြတ်စွာဘုရားအား ငါ၏အသက်ကို စွန့်လှူအံ့၊ မြတ်စွာဘုရားနှင့် ရဟန္တာအရှင်မြတ်များသည် ရွှံ့ညွန်ပေါ်၌ နင်းတော်မမူကြဘဲ ငါ၏ ကျောပေါ်၌နင်းလျက် ကြွတော်မူကြပါစေ၊ ထိုသို့ကြွလျှင် ငါ့အတွက် ရှည်မြင့်စွာသော ကာလပတ်လုံး အကျိုး

စီးပွား ဖြစ်ထွန်းပေလိမ့်မည်" ဟု နှလုံးသွင်းလျက် မဖို့ရသေးဘဲ ကျန်နေသေးသော ရွှံ့ပြင်ပေါ်၌ မိမိကိုယ်ကို အလျားစင်းကာ တံတားအဖြစ် ခင်းလိုက်၏။

ထိုသို့နေစဉ်မှာပင် ရဟန္တာလေးသိန်း ခြံရံလျက် ကြွတော်မူလာသော ဘုရားရှင်၏ ဗုဒ္ဓအသရေတော်ကို မော်ကြည့် ဖူးမြော်မိသောအခါ "ငါသည် ယခုအခါ ငါအလိုရှိလျှင် ကိလေသာ ခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်း၍ ရဟန္တာအရှင်မြတ်များ၏ နောက်မှ အငယ်ဆုံး ရဟန္တာအဖြစ်နှင့် **ရမ္မာဝတီမြို့**အတွင်းသို့ လိုက်ပါနိုင်လောက်အောင် ပါရမီစွမ်းအားရှိသူ ဖြစ်သည်။ သို့သော် ယင်းသို့ မထင်ရှားသောအသွင်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို ရယူရန် မသင့်လျော်၊ **ဒီပင်္ကရာ**မြတ်စွာဘုရားကဲ့သို့ သဗ္ဗညုတ ရွှေဉာဏ်တော် ရပြီးလျှင် သတ္တဝါများကို သံသရာဝဲဩဃထဲမှ ထုတ်ဆောင် ကယ်တင်ပြီးမှသာ ပရိနိဗ္ဗာန်စံခြင်းသည်သာလျှင် ငါ့အား သင့်တော်လျောက်ပတ်ပေမည်"ဟု ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်း၍ "ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရား ကဲ့သို့ သဗ္ဗညုဘုရား စင်စစ် ဖြစ်ရပါလို၏" ဟု ဘုရားအဖြစ် ဆုတောင်းပတ္ထနာပြုပြီးလျှင် ရွှံ့ပြင်ပေါ်တွင် အလျားစင်းကာ တံတားခင်းမြဲ ခင်းလျက်နေ၏။

**ဗျာဒိတ်စကား မိန့်ကြား** **ဒီပင်္ကရာ**မြတ်စွာဘုရားသည် ဘုရားလောင်း **သုမေဓာ**၏ ဦးခေါင်းအနီး၌ ရပ်တော်မူလျက် နောင်အခါတွင် **သုမေဓာ** ရသေ့ကလေး၏ ဆုတောင်း ပြည့်မည်ကို အနာဂတံသဉာဏ်တော်ဖြင့် မြင်တော်မူ၍ "သင်သည် နောင် လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း ကြာသောအခါ

ဂေါတမနွယ်ဖွား ဘုရားစင်စစ် ကေန်ဖြစ်လိမ့်မည်" ဟု ဗျာဒိတ်စကား မိန့်ကြားတော်မူလေ၏။

မြတ်စွာဘုရား၏ ဗျာဒိတ်စကားကို ကြားကြရသော အလောင်းတော် **သုမေဓာ**ရသေ့နှင့် **ရမ္မာဝတီ**မြို့သူ မြို့သားများသည် လွန်စွာမှ အားရရွှင်လန်း ဝမ်းသာကြည်နူး ဖြစ်ကြရ၏။

**ဒီပင်္ကရာ**မြတ်စွာဘုရားသည် ဗျာဒိတ်စကား မိန့်ကြားပြီးနောက် ရဟန္တာလေးသိန်းနှင့်အတူ အလျားစင်းနေသော ရသေ့ကလေး၏ လက်ယာဘက်ဘေးအနီးမှ ဖြတ်လျှောက်၍ **ရမ္မာဝတီ**မြို့တွင်းသို့ ဆက်လက် ကြွချီတော်မူ၏။

**ရမ္မာဝတီ**မြို့သူ မြို့သားများလည်း ဘုရားလောင်း **သုမေဓာ** ရသေ့ကို ချီးကျူးပူဇော်ကြပြီးလျှင် ထိုနေရာမှ ထွက်ခွါသွားကြ၏။

လူအားလုံး ထွက်ခွါသွားကြသောအခါ အလောင်းတော် ရသေ့သည် ရွှံ့ပြင်ပေါ်မှထ၍ သင့်လျော်ရာနေရာ၌ ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေ ထိုင်နေလျက် ဘုရားအဖြစ်ကို ပြုတတ်သော တရားတို့ကို ဆင်ခြင် ကြည့်ရာ ပထမဆုံး ဒါနပါရမီကို ဆင်ခြင်မိ၏။ ထို့ကြောင့် ဒါနပါရမီကို အစွမ်းကုန် ဖြည့်မည်ဟု စိတ်ဆုံးဖြတ်လိုက်၏။

ထို့နောက် ထပ်မံဆင်ခြင်ပြန်သောအခါ သီလစသော ပါရမီကိုးပါးတို့ကိုပါ ဆင်ခြင်မိပြန်၍ ထိုပါရမီတို့ကိုလည်း အစွမ်းကုန် ဖြည့်ကျင့်ရန် စိတ်ဆုံးဖြတ်လိုက်၏။

## ဆုတောင်းပြည့်ရန် အင်္ဂါရှစ်ပါး

လောကသုံးပါး၌ ဘုရားဖြစ်ရန် ဆုတောင်းသော်လည်း ဆုတောင်းတိုင်း ပြည့်စုံသည် မဟုတ်။ အင်္ဂါရှစ်ပါးနှင့် ညီညွတ်သူမှသာ ပြည့်စုံသည်။ အင်္ဂါရှစ်ပါးမှာ ...

(၁) လူသားဖြစ်ခြင်း၊
(၂) ယောကျ်ားဖြစ်ခြင်း၊
(၃) ဆုတောင်းချိန်၌ ရဟန္တာ ဖြစ်နိုင်လောက်သည့် အကြောင်း ပါရမီပြည့်စုံနေခြင်း၊
(၄) သက်တော်ထင်ရှား ဘုရားတစ်ဆူဆူ အထံတော်၌ ဘုရားဆု ပန်ခြင်း၊
(၅) ရသေ့ ရဟန်း တစ်မျိုးမျိုး ဖြစ်ခြင်း၊
(၆) သမာပတ်ရှစ်ပါး ရသူဖြစ်ခြင်း၊
(၇) မြတ်စွာဘုရားတို့အား အသက်ကို စွန့်လှူထားခြင်း၊
(၈) ဘုရားဖြစ်ရန် ကြီးမားသော ဆန္ဒ၊ ဝီရိယရှိခြင်း။

**သုမေဓာ** ရသေ့သည် ဤ အင်္ဂါရှစ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသောကြောင့် "ဘုရားဖြစ်လတ္တံ့"ဟူသော ဗျာဒိတ်စကားကို **ဒီပင်္ကရာ** ရှင်တော်မြတ်ဘုရား မိန့်ကြားတော်မူခြင်း ဖြစ်လေသည်။

## ပါရမီ ၁၀ ပါး

ဗျာဒိတ် ရပြီးလျှင် ဘုရားအဖြစ် ရောက်ရန် ဆယ်တန်သော ပါရမီတို့ကို သုမေဓာ ရသေ့ ဘဝမှ စ၍ ဖြည့်ကျင့်လေတော့၏။ ထို ပါရမီများမှာ✿...

(၁) **ဒါန ပါရမီ** = စွန့်ကြဲပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်း၊
(၂) **သီလ ပါရမီ** = သီလစောင့်ထိန်းခြင်း၊
(၃) **နေက္ခမ္မ ပါရမီ** = လောကီစည်းစိမ် စွန့်လျက် တောထွက်ခြင်း၊
(၄) **ပညာ ပါရမီ** = အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာနှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊
(၅) **ဝီရိယ ပါရမီ** = ကြီးမားသော ဝီရိယရှိခြင်း၊
(၆) **ခန္တီ ပါရမီ** = အရာရာ၌ သည်းခံခြင်း၊
(၇) **သစ္စာ ပါရမီ** = မှန်ကန်သောစကားကို ဆိုခြင်း၊
(၈) **အဓိဋ္ဌာန် ပါရမီ** = မဖြစ်မနေ စွဲမြဲသည့် ဖွဲ့စိတ်ရှိခြင်း၊
(၉) **မေတ္တာ ပါရမီ** = သတ္တဝါများအား မေတ္တာစိတ်ထားခြင်း၊
(၁၀) **ဥပေက္ခာ ပါရမီ** = ဆင်းရဲချမ်းသာကို သင့်တင့်အောင်ရှုခြင်း။

ဤ **ပါရမီဆယ်ပါး**ကို ကိုယ်လက်အင်္ဂါ စွန့်ရသည်အထိ ဖြည့်ကျင့်သောအခါ **ဥပပါရမီဆယ်ပါး** ဟုခေါ်သည်။ အသက်ကို စွန့်ရသည်အထိ ဖြည့်ကျင့်သောအခါ **ပရမတ္ထပါရမီဆယ်ပါး** ဟုခေါ်သည်။ ထို့ကြောင့် **ပါရမီဆယ်ပါး**၊ **ဥပပါရမီဆယ်ပါး**၊ **ပရမတ္ထပါရမီဆယ်ပါး**၊ အပြားအားဖြင့် သုံးဆယ်ရှိ၏။ ပါရမီဆယ်ပါး အပြားသုံးဆယ်ဟု အများသိကြ၏။

---

✿ **ထူးမြတ်သော ဘုရားအလောင်းတော်တို့၏ ဆုတောင်းပြည့်ကြောင်း**

**ဘုရားလောင်း ဖွါးမြင်ခြင်း** ဘုရားအလောင်းတော်သည် ဤ ပါရမီတို့ကို လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းပတ်လုံး ဖြည့်ကျင့်တော်မူပြီးလျှင် နောက်ဆုံးဘဝ၌ သာကီဝင်မင်းမျိုးဖြစ်သည့် ကပိလဝတ်ပြည့်ရှင် ဘုရင် **သုဒ္ဓေါဒန**၏ မိဖုရားကြီး **မဟာမာယာဒေဝီ**၏ ဝမ်း၌ ပဋိသန္ဓေ နေတော်မူ၏။

ပဋိသန္ဓေ ရင့်သောအခါ **မဟာမာယာဒေဝီ**သည် ခမည်းတော် မယ်တော်များ၏ တိုင်းပြည်ဖြစ်သော **ဒေဝဒဟ**သို့အသွား လမ်းခရီး အကြားရှိ **လုမ္ဗိနီ** အင်ကြင်းဥယျာဉ်အတွင်း၌ ခေတ္တအနား ယူကာ မတ်တတ်ရပ်လျက် အင်ကြင်းကိုင်းကို လှမ်းကိုင်နေစဉ်မှာပင် ကမ္ဘဇလေ လှုပ်ရှား၍ ဘုရားလောင်းကို ဖွားမြင်လေ၏။

ထိုနေ့ကား မဟာသက္ကရာဇ် ၆၈ ခုနှစ်၊ ကဆုန်လပြည့်၊ သောကြာနေ့ ဖြစ်သည်။

**လောကတွင်အမြတ်ဆုံး** ဖွားမြင်ပြီးလျှင်ပြီးချင်း ဘုရားလောင်းကလေးသည် အရပ် ၁၀ မျက်နှာတို့ကို လှည့်ပတ် ကြည့်ရှု၍ မိမိနှင့်တူသူမရှိကြောင်း သိရသောအခါ မြောက်အရပ်သို့ ခုနစ်ဖဝါး လှမ်းကြွပြီးနောက် ခြေစုံရပ်လျက် "အဂ္ဂေါဟမသ္မိ လောကဿ= ငါသည် လောကတွင် အမြတ်ဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်၏" စသည်ဖြင့် ရဲရင့်စွာ ကြုံးဝါးတော်မူလေသည်။

ထို့နောက် **ဒေဝဒဟ**နှင့် **ကပိလဝတ်** ပြည်သူပြည်သားတို့သည် ဘုရားအလောင်းတော်ကလေးကို မယ်တော်နှင့်အတူ **ကပိလဝတ်**ပြည်သို့ ပြန်၍ ပင့်ဆောင်ကြလေ၏။

**ကာဠဒေဝိလရသေ့ လာရောက်ဖူးမြော်ခြင်း** ဘုရားအလောင်းတော် ကပိလဝတ်ပြည်သို့ ရောက်သောနေ့မှာပင် ခမည်းတော် **သုဒ္ဓေါဒန**မင်းကြီး ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်သော **ကာဠဒေဝိလ**ရသေ့ကြီးသည် နတ်တို့ထံမှ ဘုရားလောင်းဖွားမြင်ကြောင်း သတင်းကြားရ၍ နန်းတော်သို့ ကြွလာပြီးလျှင် **သုဒ္ဓေါဒန**မင်းကြီးအား သားတော်ကလေးကို ကြည့်ရှုလိုကြောင်း ပြောကြားလေ၏။ **သုဒ္ဓေါဒန**မင်းကြီးသည် သားတော်ကလေးကို ပွေ့ချီ၍ ရသေ့ကြီးအား ရှိခိုးစေရန် ရသေ့ကြီးထံသို့ ရှေးရှုဆောင်ထားစဉ် ဘုရားအလောင်းတော်လေး၏ ခြေအစုံတို့သည် မြောက်တက်၍ ရသေ့ကြီး၏ ဦးခေါင်းထက်၌ တည်နေလေ၏။

ဘုရားလောင်း၏ နောက်ဆုံးဘဝ၌ ဘုရားလောင်းက ရှိခိုးထိုက်သူ တစ်စုံတစ်ယောက်မျှ မရှိချေ။ အကယ်၍ ဤအချက်ကို မသိသောသူတို့က ဘုရားလောင်း၏ ဦးခေါင်းတော်ကို ရသေ့ကြီး၏ ခြေရင်း၌ ထားလျှင် ရသေ့၏ဦးခေါင်းသည် ခုနစ်စိတ် ကွဲလေရာ၏။ ရသေ့ကြီးကမူ ချက်ချင်းပင် နေရာမှထ၍ ဘုရားလောင်းကို လက်အုပ်ချီ လျက် နေလေ၏။ **သုဒ္ဓေါဒန**ဘုရင်ကြီးသည် ထူးခြားဆန်းကြယ်အံ့ဖွယ်သော ထိုအခြင်းအရာကို မြင်၍ မိမိ၏သား ဘုရားလောင်းကလေးကို ရှိခိုးလေ၏။

**ပြုံးခြင်းနှင့် ငိုခြင်း** **ကာဠဒေဝိလ** ရသေ့ကြီးသည် အတိတ်ကမ္ဘာလေးဆယ်၊ အနာဂတ်ကမ္ဘာလေးဆယ်ကို ဆင်ခြင်သိမြင်နိုင်သော တန်ခိုးရှိသူဖြစ်၏။ သူသည် ဘုရားလောင်းကလေး၏ အင်္ဂါလက္ခဏာကို ကြည့်ရှုသောအခါ မုချ ဘုရားဖြစ်

မည့်သူဟု သိ၍ "ဤကလေးကား အံ့သြဖွယ်ရာ ယောက်ျားမြတ် ပေတကား" ဟု ဆင်ခြင်မိသဖြင့် ပြုံးတော်မူ၏။ ထို့နောက် မိမိသည် ဤကလေး ဘုရားဖြစ်သောအခါ ဘုရားကို ဖူးမြော်ခွင့် ရပါမည်လော ဟု တန်ခိုးဖြင့် ဆင်ခြင်ကြည့်လေ၏။ ထိုအခါ ဤကလေး ဘုရား မဖြစ်မီပင် မိမိ ကွယ်လွန်ပြီးလျှင် အရူပဘုံ၌ အရူပဗြဟ္မာ ဖြစ်ရမည်ကို မြင်သဖြင့် ဘုရားကို မဖူးမြင်ရဘဲ အဆုံးရှုံးကြီး ဆုံးရှုံးရတော့မည် ဟု သိရ၍ ငိုကြွေးလေ၏။

ထိုအခါ မင်းကြီးနှင့်တကွ နန်းတွင်းသူ နန်းတွင်းသားတို့သည် ရသေ့ကြီးအား ပြုံးခြင်း၊ ငိုခြင်း၏ အကြောင်းကို မေးကြ၍ ရသေ့ ကြီးက ဖြစ်ပျက်ပုံ အကြောင်းစုံကို ရှင်းလင်းပြောပြလိုက်၏။

ဖွါးမြင်တော်မူပြီးနောက် ငါးရက်မြောက်၌ ဘုရားအလောင်းကို **သိဒ္ဓတ္ထ** ဟု အမည်ပေးကြ၏။ "အကျိုးစီးပွါးကို ပြီးစီးစေနိုင်သူ"ဟု အဓိပ္ပါယ်ရ၏။ **သိဒ္ဓတ္ထ**ကလေး၏ အင်္ဂါလက္ခဏာတို့ကို ပုဏ္ဏားတော် များအား ကြည့်ရှုစစ်ဆေးစေရာ ပုဏ္ဏားခုနစ်ယောက်က စကြဝတေးမင်း သော်လည်း ဖြစ်လိမ့်မည်။ ဘုရားသော်လည်း ဖြစ်လိမ့်မည်ဟု ဟောကြ၏၊ အငယ်ဆုံးဖြစ်သော **ကောဏ္ဍည** အနွယ်ဖြစ်သည့် **သုဒတ္တ** ပုဏ္ဏားကလေးကမူ မုချ ဘုရားဖြစ်မည်ဟု တစ်ခွန်းတည်း အတပ် ဟောလိုက်၏။

ဘုရားလောင်း ဖွားမြင်ပြီးနောက် ခုနစ်ရက် မြောက်သောအခါ မယ်တော် **မဟာမာယာဒေဝီ** နတ်ရွာစံလေသည်။ ယင်းသို့ နတ်ရွာစံခြင်းမှာ ဘုရားလောင်းကို ဖွါးမြင်ခြင်းကြောင့် နတ်ရွာစံခြင်း မဟုတ်၊ သက်တမ်းစေ့ခြင်းကြောင့် နတ်ရွာစံခြင်းသာ ဖြစ်သည်။

**မိထွေးတော် ဂေါတမီ** မိဖုရားကြီး **မဟာမာယာဒေဝီ** နတ်ရွာစံသောအခါ **သုဒ္ဓေါဒန**မင်းကြီးသည် မိဖုရားကြီး၏ ညီမတော်ဖြစ်သော **မိထွေးတော်ဂေါတမီ**ကို မိဖုရားကြီး မြှောက်လိုက်၏။ **မိထွေးတော်ဂေါတမီ**သည် မိမိ၏သားတော်ရင်း **နန္ဒမင်းသားကလေး**ကို အထိန်းတော်များထံ အပ်နှံ၍ မိမိကမူ **သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားကလေး**ကို ကိုယ်တိုင်ပင် နို့ချိုတိုက်ကျွေး မွေးမြူပြုစုလေ၏။

**လယ်ထွန်မင်္ဂလာ** တစ်နေ့တွင် **သုဒ္ဓေါဒန**ဘုရင်ကြီးသည် ပွဲနေကျ လယ်ထွန်မင်္ဂလာသဘင် ဆင်ယင်ကျင်းပရာသို့ အထိန်းတော်များအား သားတော်ကလေးကိုပါ ခေါ်ဆောင်လာစေ၏။ အထိန်းတော်များသည် သားတော်ကလေးကို အရိပ်ကောင်းသော သပြေပင်တစ်ပင်၏ အရိပ်၌ တင်းတိမ် ကန့်လန့်ကာများ သေချာစွာ ကာရံပေးကာ ချမ်းသာစွာ စံနေစေ၏။ ခဏကြာသော် အထိန်းတော် အားလုံးပင် လယ်ထွန်မင်္ဂလာသဘင် ကြည့်ရှုရန် အမှတ်မဲ့ ထွက်ခွါသွားကြ၏။

**သိဒ္ဓတ္ထ** မင်းသားကလေးသည် မိမိအနီး၌ မည်သူမျှ မရှိကြောင်း သိသောအခါ ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေ ထိုင်လိုက်ပြီးလျှင် အာနာပါန ပထမစျာန်ကို ဝင်စားလျက်နေ၏။ အချိန်အတော်ကြာမှ အထိန်းတော်များ သတိရ၍ ပြန်လာပြီး ကြည့်ရှုသောအခါ ဘုရားအလောင်းတော် ကလေး စျာန်ဝင်စားနေသည်ကို တအံ့တသြ မြင်ကြရ၍ မင်းကြီးအား သွားရောက် လျှောက်ထားကြ၏။

**သုဒ္ဓေါဒန** ဘုရင်ကြီးသည် ချက်ချင်း လိုက်လာပြီးလျှင် သားတော်ကလေး၏ တည်ကြည်ငြိမ်သက် ငြိမ်းအေးသော အသွင်ကို တွေ့မြင်ရ၍ ဝမ်းသာအားရရှိလှသဖြင့် သားတော်ကလေးအား ဒုတိယအကြိမ်အဖြစ် ရှိခိုးလေ၏။

**သုဒ္ဓေါဒန** ဘုရင်ကြီးသည် သားတော် **သိဒ္ဓတ္ထ** လောကကို ငြီးငွေ့ပြီး တောမထွက်ရေး၊ ဘုရားမဖြစ်ရေးအတွက် နန်းတော်တွင်း၌ ပျော်ပိုက်စေရန် စည်းစိမ်ချမ်းသာ အမျိုးမျိုးကို ဖန်တီး၍ ပေးထားသည်။ မိုးရာသီ၌ စံမြန်းရန် **သုဘာ**နန်းတော်ဆောင်ကိုလည်းကောင်း၊ ဆောင်းရာသီ၌ စံမြန်းရန် **ရမ္မ**နန်းတော်ဆောင်ကိုလည်းကောင်း၊ နွေရာသီ၌ စံမြန်းရန် **သုရမ္မ**နန်းတော်ဆောင်ကိုလည်းကောင်း ဆောက်လုပ်၍ ရာသီအလိုက် ချမ်းသာစွာ စံနေစေ၏။ ထိတ်လန့်သံဝေဂကို ဖြစ်စေနိုင်သော လူအို လူနာ လူသေ လူဆင်းရဲ စသော အနိဋ္ဌာရုံတို့ကို **သိဒ္ဓတ္ထ** မမြင်စေရန်လည်း အမိန့်အမျိုးမျိုး ထုတ်ကာ စီမံထား၏။

**သိဒ္ဓတ္ထ** ၁၆ နှစ်အရွယ် ရောက်သောအခါသာကီမျိုး သာကီနွယ် ဖြစ်သည့် **သုပ္ပဗုဒ္ဓ**ဘုရင်၏ သမီးတော် **ယသော်ဓရာ**နှင့် လက်ထပ်ပေး၏။ **သိဒ္ဓတ္ထ**သည် **ယသော်ဓရာ** မင်းသမီးနှင့်အတူ ထီးနန်းစည်းစိမ်ကို ၁၃ နှစ်တိုင်တိုင် ခံစားလျက်နေ၏။

**နိမိတ်လေးပါး:** ဘုရားအလောင်းတော် **သိဒ္ဓတ္ထ** အသက် ၂၉ နှစ်ရှိသောအခါ တစ်နေ့တွင် ဥယျာဉ်တော် အသွား လူအို၊ လူနာ၊ လူသေတို့ကို မြင်ရ တွေ့ရသဖြင့် ထိတ်လန့်သံဝေဂစိတ်တွေ တဖွားဖွားဖြစ်နေ၏။ တည်ကြည်ငြိမ်သက်သော ဣန္ဒြေနှင့် ကြည်လင်ချမ်းမြေ့သော မျက်နှာရှိသည့် ရဟန်းတော် တစ်ပါးကို မြင်သောအခါ ရဟန်းတော် ကဲ့သို့ ကြည်လင်ချမ်းမြေ့သူ ဖြစ်လိုစိတ်တွေ ပေါ်လာသည်။

**ဤ လူအို၊ လူနာ၊ လူသေ၊ ရဟန်းဟူသော နိမိတ်ကြီး လေးပါးကို နတ်များ ဖန်ဆင်း၍ပြသည်ဟု ကျမ်းဂန်တို့၌ ဆို၏။ ဒီဃနိကာယ်ဆောင် မထေရ်များက နိမိတ် လေးခုကို တစ်နေ့တည်း မြင်သည်ဟု ဆိုကြ၏။ ဇာတ်အဋ္ဌကထာဆရာနှင့် အပဒါန်အဋ္ဌကထာ ဆရာတို့က တစ်နေ့တစ်ခုစီ လေးရက်**

**မြင်သည်ဟုဆို၏။ ဗုဒ္ဓဝံသအဋ္ဌကထာ ဆရာက လေးလစီခြား၍ မြင်သည်ဟု ဆို၏။]** (ဗုဒ္ဓဝံသ–ဋ္ဌ၊ ၃၂၈။ ဇာ–ဋ္ဌ ၁၊ ၇၀–၇၂။ အပ–ဋ္ဌ၁၊ ၇၁–၇၂)

**တောထွက်ခြင်း** **သိဒ္ဓတ္ထ**သည် ညနေချမ်းအခါ ဥယျာဉ်တော် အတွင်း ရေကန်ထဲ၌ ရေချိုးနေစဉ်မှာလည်း တောထွက်ကာ ရဟန်းပြုလိုစိတ်တွေသာ တစ်ဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်နေ၏။ ရေချိုးပြီး၍ ဝတ်စားဆင်ယင်ပြီးနောက် နန်းတော်သို့ပြန်ရန် မြင်းရထားပေါ် တက်သောအခါ ကြင်ရာတော် **ယသော်ဓရာ**တွင် သားတော်ကလေးဖွားကြောင်း နန်းတော်မှ သတင်းပို့လာ၏။ သိဒ္ဓတ္ထ ပို၍ စိတ်လေးသွား၏။ 'ဒီလို သံယောဇဉ် အနှောင်အဖွဲ့တွေ များလေ မထွက်နိုင်လေဖြစ်ကာ ဆင်းရဲနေမှာပဲ'ဟု ဆင်ခြင်မိသဖြင့် ရဟန်း မြန်မြန် ပြုနိုင်ရေးကိုသာ တွေးတော စဉ်းစားလျက်နေ၏။

ထိုနေ့ည၌ အနှောင်အဖွဲ့တွေထဲက ရုန်းထွက်ကာ ရဟန်းပြုရေး ကိုသာ အပြန်ပြန် အလှန်လှန် စဉ်းစားရင်း **သိဒ္ဓတ္ထ** အိပ်ပျော်သွား၏။ သန်းကောင်အချိန်တွင် တရေးနိုးလာသောအခါ၌လည်း ရဟန်းပြု လိုစိတ်သည်သာလျှင် စိတ်ထဲ၌ ဖြစ်ပေါ်နေ၏။ ပြန်အိပ်၍ မရပေ။ အိပ်မရသဖြင့် အနီးပတ်ဝန်းကျင်ကို ကြည့်မိလိုက်ရာ မိမိကို တူရိယာများဖြင့် ဖျော်ဖြေသော အမျိုးသမီးများ တရှူးရှူး တစ်ခေါခေါ ဟောက်လျက် ကိုးရိုကားယား အိပ်ပျော်နေကြသည်ကို မြင်ရသောအခါ "ကြောက်စရာ စက်ဆုပ်စရာ လောကကြီးပါကလား၊"ဟု ပို၍ ထိတ်လန့်သွား၏။

သို့ဖြင့် ချက်ချင်း စက်ခန်းဆောင်မှထွက်၍ ဖွားဘက်တော် **ဆန္န**ကိုခေါ်ကာ ညဉ့်သန်းကောင်ယံ အချိန်၌ပင် **ကဏ္ဍက**မြင်းကို ကုန်းနှီး တင်စေပြီးလျှင် ဆန္နနှင့်အတူ မြင်းစီးလျက် ထွက်ခဲ့၏၊ တစ်ညချင်းပင် **သာကီယ၊ ကောလိယ၊ မလ္လ**ဟူသော တိုင်းပြည်သုံးခုကို ကျော်ဖြတ်ပြီးနောက် ယူဇနာ သုံးဆယ်ဝေးသော **အနောမာ** မြစ်ကမ်းသို့ ရောက်လေ၏။

**အနောမာ**မြစ်ကမ်း၌ ဘုရားလောင်းသည် ဆံတော်ကို သံလျက်ဖြင့် ရိတ်ဖြတ်ပြီးလျှင် **ဃဋိကာရ** ဗြဟ္မာကြီး လှူဒါန်းသော ပရိက္ခရာ ရှစ်ပါးကို ခံယူ၍ သင်္ကန်းကိုဝတ်ကာ မြင့်မြတ်သော ရဟန်းအသွင်ကို ယူလိုက်၏။

ထို့နောက် ဖွားဘက်တော် **ဆန္န**အမတ်နှင့် **ကဏ္ဍက**မြင်းကို ပြန်လွှတ်လိုက်ပြီးလျှင် မလှမ်းမကမ်းရှိ **အနုပိယ** သရက်တောသို့သွား၍ ထိုသရက်တော၌ ခုနစ်ရက်မျှ ပဗ္ဗဇ္ဇာသုခ = ရဟန်းချမ်းသာကို ခံစားလျက်နေ၏။

**ဗိမ္ဗိသာရကို ကတိပေးခြင်း** ထို့နောက် ဘုမိနက်သန် တရားရမည့် နေရာမှန်ကို ရှာရင်း ခရီးဆက်ခဲ့ရာ **ရာဇဂြိုဟ်**မြို့အနီးရောက်လျှင် မြို့တွင်းသို့ ဆွမ်းခံဝင်ပြီးနောက် **ပဏ္ဍဝ** တောင်ခြေ၌ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးနေ၏။ ထူးခြားသော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်၍ **ရာဇဂြိုဟ်**ပြည့်ရှင် ဗိမ္ဗိသာရဘုရင် လိုက်လာပြီးလျှင် ထီးနန်းကို လွှဲအပ်သောအခါ အလောင်းတော် သိဒ္ဓတ္ထက ဘုရားအဖြစ် ရရေးအတွက် တောထွက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း ပြောပြီးလျှင် ငြင်းပယ်လိုက်၏။ **ဗိမ္ဗိသာ**ရက ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်လျှင် သူ့ထံသို့ ရှေးဦးစွာ ကြွလာဖို့ လျှောက်ထားသဖြင့် ကြွလာမည်ဖြစ်ကြောင်း ဝန်ခံကတိပေးပြီးလျှင် ခရီးဆက်ခဲ့၏။

**ဆရာရသေ့နှစ်ပါး** ခရီးတစ်နေရာတွင် **ကာလာမ** အမျိုးနွယ်ဝင် **အာဠာရ** ရသေ့ကြီးကို တွေ့၍ သူ့ထံ၌ နည်းခံ ကျင့်ကြံရာ ဈာန် ၇ ပါးကိုရလျှင် ဆရာရသေ့ကြီးက သူ ဤမျှသာ သိကြောင်း ပြောသဖြင့် လိုအပ်သော တရား မရသေး၍ ထွက်ခွါခဲ့၏။

**ရာမ**ရသေ့ကြီး၏ သားတပည့် **ဥဒက**ရသေ့ကြီးထံ နည်းခံ၍ ကျင့်ကြံပြန်ရာ ဈာန်သမာပတ် ရှစ်ပါးအထိ ချက်ချင်း ရလေ၏။ **ဥဒက**ရသေ့သည် ဘုရားလောင်း သိဒ္ဓတ္ထနှင့် တွေ့စအချိန်၌ သူကိုယ်တိုင် ဈာန်သမာပတ်ရှစ်ပါးကို မရသေးပေ။ သူ့ဆရာ **ရာမ** ရသေ့ကြီး သင်ကြားပေးထားသည့် နည်းကိုသာ ဘုရားလောင်းအား သင်ပေးခြင်း ဖြစ်၏။ ထိုနည်းအတိုင်း ဘုရားလောင်းကျင့်၍ ဈာန်သမာပတ်ရှစ်ပါးကို ရပြီးမှ ဘုရားလောင်းကို အားကျ၍ သူကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံသောအခါ သမာပတ်ရှစ်ပါးကို ရခြင်းဖြစ်၏။ **ဥဒက** ရသေ့လည်း ထို့ထက်ပို၍ မသိသဖြင့် ဘုရားလောင်းသည် **ဥဒက** ရသေ့ထံမှလည်း ထွက်ခွါခဲ့၏။

**ဒုက္ကရစရိယာ အကျင့်များ** **သိဒ္ဓတ္ထ**သည် **ဥဒက**ထံမှ ထွက်ခွာခဲ့၍ **ဥရုဝေလ**တောသို့ ရောက်လျှင် တော၏ သာယာပုံ၊ မွေ့လျော်ဖွယ်ရှိပုံကို နှစ်သက် သဘောကျ၍ မိမိ ကြားဖူး သိဖူးထားသော ကျင့်နည်း ကြံနည်း ဟူသမျှကို ဤတော၌ အပြင်းအထန် ကျင့်ကြံ အားထုတ်တော့၏။

ကပ္ပိလဝတ်မှ **ကောဏ္ဍည** ခေါင်းဆောင်သော ရသေ့ ငါးပါးသည်လည်း သိဒ္ဓတ္ထ တောထွက်ရာသို့ လိုက်လာကြရာ **ဥရုဝေလ**၌ **သိဒ္ဓတ္ထ**ကို မိ၍ ဘုရားလောင်း လွတ်လွတ်ကျွတ်ကျွတ် ပြင်းပြင်း ထန်ထန် အားထုတ်နိုင်ရန် ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်ပြုလျက် နေကြ၏။

**သိဒ္ဓတ္ထ**သည် အစာကို တစ်ဖြည်းဖြည်း လျှော့၍ကျင့်ရာမှ နောက်ဆုံးတွင် အစာဖြတ်လျက် ကျင့်၏။ ထိုအချိန်တွင် အပ္ပါဏကဈာန်ခေါ်သည့် ထွက်သက်ဝင်သက်ကို ချုပ်ထိန်းထားသော အကျင့်ကို ကျင့်ရာ ကြီးမား ပြင်းထန်လှသော ဝေဒနာကို ခံစားရသဖြင့် ခံနိုင်အားမရှိတော့သော ခန္ဓာကိုယ်သည် စင်္ကြံဦး၌ လဲလေတော့၏။

**အကျင့်များကို စွန့်ပြီ** ဤနည်းအတိုင်း ခြောက်နှစ်ပတ်လုံး သာမန်လူတို့ စိတ်ကူးမျှ မထည့်ဝံ့သော ဝီရိယ စွမ်းအားဖြင့် ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကျင့်သော်လည်း ဘုရားဖြစ်ရန် ဉာဏ်အရိပ်အရောင်ကိုသော်မှလည်း မတွေ့ရဘဲ ကိုယ်ပင်ပန်း ဆင်းရဲရုံမျှသာ ဖြစ်၍ အကျင့်မှားဖြစ်ကြောင်း ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် ဆွမ်းခံထွက်ကာ အစာအာဟာရကို မျှတရုံမျှ ပြန်၍ ဘုဉ်းပေး၏။

အလုပ်အကျွေး ရသေ့ ငါးပါးတို့သည် ဘုရားလောင်း အစာအာဟာရကို ပြန်လည် မှီဝဲသောအခါ သိဒ္ဓတ္ထ ဝီရိယကို လျှော့လိုက်၍ ဘုရားဖြစ်တော့မည် မဟုတ်ဟု ယူဆလျက် ဘုရားလောင်းထံမှ ထွက်ခွာသွားကြပြီးလျှင် ၁၈ ယူဇနာဝေးသော **ဣသိပတန**ခေါ်သည့် ဘောမဲ့တော(=မိဂဒါဝုန်)သို့ သွား၍ နေကြ၏။ [**မိဂဒါဝုန်=မိဂဒါယဝန =ဘောမဲ့တော**]

**ဘူနိနက်သန်သို့** ဘုရားလောင်းသည် **ဒုက္ကရစရိယာ** အကျင့်မှားများကို စွန့်ပြီးနောက် ပို၍ သင့်လျော်သည့် နေရာကို ရှာရင်း **နေရဉ္ဇရာမြစ်**၏ အရှေ့ဘက်ကမ်းအတိုင်း တောင်ဘက်သို့ ခရီးဆက်ခဲ့၏။ **သေနရွာကြီး**အနီး ရောက်သောအခါ ရွာထိပ်ရှိ ညောင်ပင်ရိပ်၌ ခေတ္တ နားနေစဉ် သူဌေးသမီး **သုဇာတာ** လာ၍ကပ်သော ရွှေခွက်နှင့် **နို့ဆွမ်း**ကို ခံယူ၍ ၄၉ လုပ် ဘုဉ်းပေးပြီးလျှင် ရွှေခွက်ကို **နေရဉ္ဇရာမြစ်**ထဲ၌ မျှောလိုက်၏။

**ဗောဓိညောင်ပင်** ဘုရားလောင်းသည် မြစ်ကမ်းပေါ်သို့ တက်ပြီးလျှင် တောလုံးဝေအောင် ပွင့်နေသော အင်ကြင်းတောသို့ ဝင်ကာ နေ့သန့်စင်လျက် နေလေ၏။ ညနေချမ်း ရောက်သောအခါ **နေရဉ္ဇရာမြစ်**ကိုဖြတ်၍ အနောက်ဘက်ကမ်းသို့ ကူးပြီးလျှင် **ဂယာသီသ**

နှင့် မလှမ်းမကမ်းရှိ တောအုပ် ညို့ညို့ရှိရာသို့ ကြွသွား၏။ တောအုပ်အဝင်တွင် မြက်ရိတ်ပုဏ္ဏား **သောတ္ထိယ**က မြက်ရှစ်ဆုပ် လှူသည်ကို ခံယူပြီးလျှင် အရိပ်ကောင်းသော **ညောင်ဗုဒ္ဓဟော**ပင် အောက်၌ ပင်စည်၏ အရှေ့ဘက်တွင် ဖြန့်ခင်းလိုက်ရာ သက်သောင့်သက်သာ ထိုင်စရာ ပလ္လင်ကို ရလေ၏။

**ဘုရားဖြစ်ပြီ** ဘုရားလောင်းသည် ညနေစောင်းတွင် **ညောင်ဗုဒ္ဓဟော**ပင်၏ အောက်၌ ခင်းထားအပ်သော ပလ္လင်ထက်ဝယ် ပင်စည်ကို ကျောပေးလျက် အရှေ့ဘက်သို့ မျက်နှာမူ၍ ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေ ထိုင်တော်မူပြီးလျှင် “ဘုရားမဖြစ်သမျှ ဤနေရာမှ မထ”ဟု ဓိဋ္ဌာန်တော်မူ၏။ ထိုနေ့ကား **ကဆုန်လပြည့်**နေ့တည်း။

ထို့နောက် သူဖွားပြီး၍ မကြာမီပင် သူ့ခမည်းတော် လယ်ထွန်မင်္ဂလာပွဲ ကျင်းပနေစဉ်က သပြေပင်ရိပ်တွင် သူဝင်စားခဲ့သော အာနာပါနစျာန်ကို သတိရ၍ ထိုစျာန်ကိုပင် အခြေခံလျက် ကျင့်ကြံအားထုတ်လေ၏။ နေမဝင်မီ လာ၍ နှောင့်ယှက်သော **မာရ်နတ်**၏ ရန်ကို အောင်တော်မူ၏။

ညဉ့်ဦးယံတွင် ရှေးရှေးဘဝ၌ ဖြစ်ခဲ့ဖူးသည်များကို ပြန်၍ သိသော **ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိဉာဏ်**၊ သန်းကောင်ယံ၌ နတ်မျက်စိကဲ့သို့ မြင်နိုင်စွမ်းသော **ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်**၊ မိုးသောက်ယံ၌ ကိလေသာ အာသဝေါ တရားတို့ကို အကြွင်းမဲ့ ကုန်ခန်းစေသော **အာသဝက္ခယဉာဏ်**နှင့် **သဗ္ဗညုတဉာဏ်**ကို ရတော်မူပြီးလျှင် ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော် မူလေ၏။ သက်တော်ကား ၃၅ နှစ်မျှသာ ရှိသေး၏။

၂၅၇၆၄

## ခုနစ်ရက် ခုနစ်လီ စံနေတော်မူခြင်း

**ပလ္လင်္က သတ္တာဟ** မြတ်စွာဘုရားသည် ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူပြီးနောက် **ပထမ သတ္တာဟ**၌ ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေထားသော ပလ္လင်ကို ဖြေတော်မမူဘဲ **ဝိမုတ္တိသုခ= ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်ခြင်း** ချမ်းသာကို ဘုရားဖြစ်ရာ ပလ္လင်တော်မှာပင် ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး ခံစားတော်မူ၏။

**အနိမိသ သတ္တာဟ** ထို့နောက် **ဒုတိယ သတ္တာဟ**၌ ပလ္လင်တော်မှထ၍ ဗောဓိပင်၏ အရှေ့မြောက် အရပ်၌ ရပ်တော်မူပြီးလျှင် ဗောဓိပင်နှင့် ပလ္လင်တော်ကို မမှိတ်သော မျက်လုံးတော်ဖြင့် ကြည့်တော်မူပြီးလျှင် "ဤ ပလ္လင်ထက်၌ သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တော်ကို ရပေသည်"ဟု ဆင်ခြင်တော်မူလျက် ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး စံနေတော်မူ၏။

**စင်္ကမ သတ္တာဟ** ထို့နောက် **တတိယ သတ္တာဟ**၌ ရပ်တော်မူရာ အရပ်နှင့် ပလ္လင်တော်၏ အကြားတွင် လူးလာတုံ့ခေါက် စင်္ကြံ လျှောက်တော်မူလျက် ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး စံနေတော်မူ၏။

**ရတနာဃရ သတ္တာဟ** ထို့နောက် **စတုတ္ထ သတ္တာဟ**၌ ဗောဓိပင်၏ အနောက်မြောက် အရပ်တွင် နတ်တို့ ဖန်ဆင်းထားသော ရတနာဃရ ရွှေအိမ်တော်၌ ဝိနည်း, သုတ္တန်, အဘိဓမ္မာ ပိဋကတ် သုံးပုံတို့တွင် အဘိဓမ္မာပိဋကတ်ကို အထူးထား၍ ဆင်ခြင် သုံးသပ်တော်မူလျက် ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး စံနေတော်မူ၏။ ယင်းသို့ ဆင်ခြင် သုံးသပ်တော်မူစဉ် ကိုယ်တော်မှ ရောင်ခြည်တော် ခြောက်သွယ်တို့ ကွန့်မြူး စံပယ်တော်မူကြလေသည်။

**အဇပါလ သတ္တာဟ** ထို့နောက် **ပဥ္စမ သတ္တာဟ**တွင် ဗောဓိပင်၏အရှေ့ အရပ်၌ ရှိသော ဆိတ်ကျောင်းညောင်ပင်(=အဇပါလ) ရှိရာသို့ ကြွတော်မူ၍ ထိုညောင်ပင်ရင်း၌ တရားတော်တို့ကို ဆင်ခြင် သုံးသပ်လျက် ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး စံနေတော်မူ၏။

ယင်းသို့ စံနေစဉ်တွင် **တဏှာ၊ အရတိ၊ ရဂါ**ဟူသော မာရ်နတ်၏ သမီးသုံးယောက်တို့သည် ဖခင်ကြီး မာရ်နတ် စိတ်ချမ်းသာရစေရန် စစ်ကူပေးသည့်အနေဖြင့် မြတ်စွာဘုရားအနီးသို့ လာရောက်၍ ပရိယာယ်မာယာ အဖြာဖြာတို့ဖြင့် ဖြားယောင်းသော်လည်း ကိလေသာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းလေပြီးသော မြတ်စွာဘုရားမှာမူ မျက်လုံးတော်ကိုမျှ ဖွင့်ကြည့်တော်မမူပဲ **ဝိဝေကသုခ**ကို ခံစားမြဲ ခံစားလျက်သာ နေတော်မူ၏။

**မုစလိန္ဒ သတ္တာဟ** ထို့နောက် **ဆဋ္ဌမ သတ္တာဟ**၌ ဗောဓိပင်၏ အရှေ့တောင်အရပ်ရှိ **ကျည်း**ပင်ရင်း(=မုစလိန္ဒ)သို့ ကြွတော်မူ၍ ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး **ဝိမုတ္တိသုခ** ကို ခံစားတော်မူ၏။ မုစလိန္ဒ နဂါးမင်းသည်လည်း မြတ်စွာဘုရားကို အအေးအပူတို့ မနှိပ်စက်စေခြင်းငှာ မိမိကိုယ်ကို ခုနစ်ခွေ ခွေ၍ ပါးပျဉ်းဖြင့် ဘုရားရှင်ကို မိုးကာထား၏။

**ရာဇာယတန သတ္တာဟ** ထို့နောက် **သတ္တမ သတ္တာဟ**၌ ဗောဓိပင်၏ တောင်အရပ်ရှိ လင်းလွန်းပင် (=ရာဇာယတန) သို့ ကြွတော်မူ၍ လင်းလွန်းပင်ရင်း၌ ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး **ဝိမုတ္တိသုခ**ကို ခံစားတော်မူလျက် စံနေတော်မူ၏။

ယင်းသို့လျှင် မြတ်စွာဘုရားသည် ခုနစ်ရက်ခုနစ်လီ=လေးဆယ့်ကိုးရက်ပတ်လုံး ဆွမ်းအာဟာရကို ဘုဉ်းပေး မှုတော်မမူဘဲ ဗောဓိပင်၏ အနီးတစ်ဝိုက်၌ **ဝိမုတ္တိသုခ=ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်ခြင်းချမ်းသာ**ကို ခံစားလျက် စံနေတော်မူ၏။

**အစဆုံး သရဏဂုံ တည်သူများ**

မြတ်စွာဘုရားသည် သတ္တမသတ္တာဟ၌ **လင်းလွန်းပင်**ရင်းဝယ် စံနေတော်မူစဉ် **ဥက္ကလာ**နယ်မှ ကုန်ရောင်းလာကြသော **တပုဿ**နှင့် **ဘလ္လိက** ကုန်သည်ညီနောင်တို့ ရောက်လာကြပြီးလျှင် မြတ်စွာဘုရားအား ပျားဆုပ်မုန့်နှင့် မုန့်ကြွက်ကျစ်တို့ကို လှူဒါန်းကြသဖြင့် မြတ်စွာဘုရားက အနုမောဒနာတရား ဟောကြားသောအခါ ဘုရားနှင့်တရား သရဏဂုံ နှစ်ပါးကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်ကြ၏။

ဤကုန်သည်ညီနောင်မှာ မြတ်စွာဘုရား၏ ပထမဆုံး သာဝကများလည်းဖြစ် သရဏဂုံနှစ်ပါး အစဆုံး တည်သူများလည်း ဖြစ်ကြ၏။

ကုန်သည် ညီနောင်တို့က အမြဲ ကိုးကွယ်ဖို့ရာ ပူဇော်ဖွယ် တစ်ခုခု ချီးမြှင့်တော်မူပါရန် လျှောက်ထားကြသောအခါ မြတ်စွာဘုရားက ဆံတော်ကို လက်ဖြင့်သပ်၍ လက်တွင်ပါလာသော ဆံတော်ဓာတ်တို့ကို ချီးမြှင့်တော်မူလိုက်၏။ ကုန်သည်ညီနောင်တို့သည် **ဥက္ကာလာ**သို့ ပြန်ရောက်သောအခါ ထို ဆံတော်တို့ကို ဌာပနာ၍ စေတီ တည်ထားကြ၏။

(ဤ ကုန်သည်ညီနောင်တို့၏ **ဥက္ကလာ**နယ်ကိုပင် **ဥက္ကာလာပ** ဟုခေါ်သော **ဒဂုံမြို့**ဟု ယူဆကြကာ ယခု **ရွှေတိဂုံ** စေတီတော်ကို ထိုစဉ်က **တပုဿ**နှင့် **ဘလ္လိက** ညီနောင်တို့ တည်ထား၍

ဆံတော်များ ဌာပနာခဲ့ကြသည်ဟု ယူဆကြ၏။ အချို့သော သုတေသီ ပညာရှင်တို့ကမူ ထိုစဉ်က **ဥက္ကလာနယ်** ဆိုသည်မှာ အိန္ဒိယပြည်၌ ယခုရှိနေသော **ဩရိဿနယ်** ဖြစ်ဟန်ရှိကြောင်း ရေးသားကြ၏။)

မြတ်စွာဘုရားသည် ခုနစ်ခုမြောက် သတ္တာဟ၌ လင်းလွန်းပင် ရင်း၀ယ် စံနေတော်မူပြီးနောက် ဆိတ်ကျောင်းညောင်ပင်သို့ တစ်ဖန် ကြွတော်မူ၍ သီတင်းသုံးတော်မူ၏။ ဤနေရာ၌ သီတင်းသုံးတော်မူစဉ် မည်သူ့အား အစဦးတရား ဟောသင့်သနည်းဟု ဆင်ခြင်တော်မူရာ ဆရာရသေ့ကြီးနှစ်ပါး ဖြစ်ကြသော **အာဠာရ**နှင့် **ဥဒက**တို့ ကွယ်လွန်ကြပြီကို သိရ၍ ပဥ္စဝဂ္ဂီ ရသေ့ငါးပါးတို့အား တရားဟောရန် ဆင်ခြင်ကြည့်သောအခါ **ဣသိပတန မိဂဒါဝုန်** (ဘေးမဲ့တော)၌ သီတင်းသုံးနေကြကြောင်း တွေ့ရ၏။

**တရားဦး** သို့ဖြင့် ဝါဆိုလဆန်း ၁၄ ရက်နေ့ညဉ့်အထိ **ဇောဓိမဏ္ဍိုင်** အနီး၌ စံနေတော်မူပြီးလျှင် ဝါဆိုလပြည့်နေ့၌ **မိဂဒါဝုန်** သို့ ဦးတည်လျက် ကြွသွားတော်မူ၏။ လမ်းခရီးတွင် **ဥပက** တက္ကဒွန်းနှင့် တွေ့၍ မိမိအမည် **ဇိန**ဖြစ်ကြောင်း မိန့်တော်မူခဲ့၏။

**မိဂဒါဝုန်**တောတွင် ထိုဝါဆိုလပြည့်နေ့ည၌ ပဥ္စဝဂ္ဂီ ငါးဦးဟု ခေါ်သော ရသေ့ ငါးဦးအား ဓမ္မစကြာတရား ဟောတော်မူရာ **ကောဏ္ဍည** ရသေ့ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကိုရ၍ ရဟန်းပြုပေးတော်မူ၏။ ကျန်ရသေ့များ တရားကို ဆက်လက် အားထုတ်ကြရာ ဝါဆိုလပြည့်ကျော် တစ်ရက်နေ့၌ **အရှင်ဝပ္ပ**၊ နှစ်ရက်နေ့၌ **အရှင်ဘဒ္ဒိယ**၊ သုံးရက်နေ့၌ **အရှင်မဟာနာမ်**၊ လေးရက်နေ့၌ **အရှင်အဿဇိ** အသီးသီး သောတာပန် ဖြစ်ကြ၏။

ဝါဆိုလပြည့်ကျော် ငါးရက်နေ့၌ **အနတ္တလက္ခဏသုတ်** ဒေသနာကို ဟောတော်မူရာ ပဉ္စဝဂ္ဂီ ငါးပါးလုံး ရဟန္တာ ဖြစ်ကြ၏။

**သာသနာပြု စေလွှတ်တော်မူခြင်း** မြတ်စွာဘုရားသည် ပထမဝါ၌ **မိဂဒါဝုန်** တောတွင်ပင် ဝါဆိုတော်မူ၏။ **နာလက** ရသေ့အား **မောနေယျ**အကျင့်ကို ဟောတော်မူ၏။ သဌေးသား **ယသ**ကိုလည်းကောင်း၊ သူ၏ သူငယ်ချင်း ၅၄ ယောက်တို့ကိုလည်းကောင်း တရားရစေကာ **ဟေဘိဘိက္ခု** ရဟန်းပြုပေးတော်မူ၏။ **ယသ** ၏ မိဘများနှင့် ဇနီးဟောင်းတို့ သောတာပန် ဖြစ်ကြ၏။

ဝါကျွတ်သောအခါ ပဝါရဏာ ပြုပြီးလျှင် မြတ်စွာဘုရားသည် ခြောက်ကျိပ်သော တပည့် ရဟန္တာတို့ကို နေရာဖြန့်၍ သာသနာပြု စေလွှတ်တော်မူ၏။

**ဘဒ္ဒဝဂ္ဂီ ညီနောင်သုံးကျိတ်** ဘုရားရှင် ကိုယ်တိုင်မှာမူ တစ်ပါးတည်း **ဥရုဝေလ**တောသို့ ကြွတော်မူ၏။ လမ်းခရီး အကြား၌ **ကပ္ပါသိက** တောအုပ်အတွင်း သစ်ပင်တစ်ပင်အောက်၌ ခေတ္တ နားနေတော်မူစဉ် **ဘဒ္ဒဝဂ္ဂီ** ညီနောင်သုံးကျိပ်တို့ မိန်းမတစ်ယောက်ကို လိုက်ရှာရာမှ ဘုရားရှင်နှင့် တွေ့၍ တရားနာရသဖြင့် သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်များ ဖြစ်ကြကာ ရဟန်းပြုကြ၏။

မြတ်စွာဘုရားသည် **ဘဒ္ဒဝဂ္ဂီ** ရဟန်းသုံးကျိပ်တို့ကိုလည်း အရပ်ဒေသ အနှံ့အပြားသို့ သာသနာပြု စေလွှတ်တော်မူပြီးလျှင် ရှင်တော်ဘုရား တစ်ပါးတည်း **ဥရုဝေလ**သို့ ခရီး ဆက်တော်မူ၏။

**ကဿပညီနောင်သုံးပါး** **ဥရုဝေလ** တောဌ် သုံးလမျှ သီတင်းသုံးလျက် **ဥရုဝေလ** ရသေ့၏ မီးတင်းကုတ်ထဲမှ နဂါးဆိုးကြီးကို တန်ခိုးဖြင့် နှိမ်နင်းတော်မူပြီးလျှင် **ဥရုဝေလကဿပ၊ နဒီကဿပ၊ ဂယာကဿပ** ရသေ့ညီနောင်သုံးဦးတို့နှင့်အတူ သူတို့၏တပည့် တစ်ထောင်ကိုပါ အယူမှားများကို စွန့်စေ၍ ရဟန်းပြုပေးတော်မူ၏။ ထိုရဟန်း တစ်ထောင်တို့ကို **ဂယာသီသ၌ အာဒိတ္တပရိယာယ** ဒေသနာကို ဟောကြားသောအခါ အားလုံး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားကြ၏။

**ရာဇဂြိုဟ်သို့ ကြွတော်မူခြင်း** **ဗိမ္ဗိသာရ** ဘုရင်အား ပေးခဲ့သည့် ကတိအတိုင်း ပြာသို လပြည့်ကျော် ၁ ရက်နေ့၌ ထိုရဟန်း တစ်ထောင် ခြံရံလျက် ရာဇဂြိုဟ်သို့ ကြွတော်မူ၍ အမြိုက်တရား ဟောကြားတော်မူရာ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကို နာကြားရသော **ဗိမ္ဗိသာရဘုရင်**နှင့်တကွ မြို့သူမြို့သား အများအပြား တရားရကြ၏။ **ဗိမ္ဗိသာရဘုရင်**က သူ၏ **ဝါးတောဥယျာဉ်** အတွင်း၌ ကျောင်းဆောက်ပြီးလျှင် မြတ်စွာဘုရားကို လှူဒါန်း၏။ **ဝေဠုဝန်** ကျောင်းတော်ဟု ထင်ရှား၏။

**ဥပတိဿနှင့် ကောလိတ** ထိုအချိန်တွင် အမှန်တရားကို ရှာနေကြသော **ဥပတိဿ**နှင့် **ကောလိတ** သူငယ်ချင်း ပရိဗိုဇ် နှစ်ယောက်တို့သည် **သိဉ္စည်း**ဆရာကြီး အထံ၌ တပည့်ခံလျက် ရှိကြ၏။ တစ်နေ့တွင် ပဉ္စဝဂ္ဂီ တစ်ပါးဖြစ်သော **အရှင်အဿဇိ ရာဇဂြိုဟ်မြို့**တွင်း ဆွမ်းခံကြွရာ **ဥပတိဿ**က မြင်၍ ကြည်ညိုသဖြင့် တပည့်ခံကာ တရား မေးမြန်းရာ ကြောင်းကျိုးနိယာမ

သဘော ဘုရားဟောသည်ကို **အရှင်အဿဇိ**က ပြန်လည် ဟောပြလိုက်၏။ **ဥပတိဿ** တရားသဘောပေါက်ကာ သောတာပန်ဖြစ်သွား၍ သိဥ္စည်းကြီး၏ ကျောင်းသို့ ပြန်ရောက်သောအခါ သူငယ်ချင်း **ကောလိတ**ကို ပြန်ဟောပြရာ **ကောလိတ**လည်း သောတာပန်ဖြစ်သွား၏။ သူငယ်ချင်းနှစ်ဦး တပည့်ငါးရာကိုပါ ခေါ်ခဲ့၍ သိဥ္စည်း၏ အရာမ်မှ ထွက်ခဲ့ကြပြီးနောက် တပို့တွဲလဆန်း ၁ ရက်နေ့တွင် ဘုရားရှင်ထံမှောက်သို့ ရောက်လာကြကာ ရဟန်းအဖြစ် တောင်းသဖြင့် မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းပြုပေးတော်မူ၏။

မြတ်စွာဘုရား တရား ဟောတော်မူသောအခါ သူတို့၏ တပည့်ငါးရာမှာ ရဟန္တာများ ဖြစ်သည်အထိ တရား သိသွားကြ၏။

**အရှင်သာရိပုတ္တရာ** အရှင်**ဥပတိဿ**သည် တပို့တွဲ လပြည့်နေ့တွင် **ဂိဇ္ဈကုဋ်**တောင် **ဝက်တူးလိုင်ခေါင်း**၌ မြတ်စွာဘုရား **ဒီဃနခ** ပရိဗိုဇ် (ဥပတိဿ၏တူ)အား ဟောကြားသော **ဒီဃနခ သုတ်တော်**ကို နာကြားရ၍ ရဟန္တာ ဖြစ်သွား၏။ **ဒီဃနခ**ကား သောတာပန် တည်သွား၏။ ဤ အရှင် **ဥပတိဿ**ကား နောင်အခါတွင် **အရှင်သာရိပုတ္တရာ**ဟု ထင်ရှားလာသော လက်ယာတော်ရံ အဂ္ဂသာဝက အရှင်မြတ်ကြီးပင် ဖြစ်၏။

**အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်** **အရှင် ကောလိတ**မှာမူ **ကလ္လဝါဠပုတ္တရွာ**ကို အမှီပြု၍ တရား ဆက်လက်အားထုတ်ရာ စကြံ အလျှောက်များသွား၍ ပင်ပန်းသဖြင့် အိပ်ငိုက်နေသည်ကို ရှင်တော်မြတ်ဘုရား သိတော်မူ၍ **ပစလာယမာနသုတ်တော်**ကို ဟောတော်မူသဖြင့် တပို့တွဲလဆန်း ရှစ်ရက်နေ့၌ **ရဟန္တာ** ဖြစ်တော်

မူ၏။ ဤ အရှင် **ကောလိတ**ကား လက်ဝဲတော်ရံ **အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်** ပင်တည်း။

**ခမည်းတော်က အပင့်လွှတ်ခြင်း** မြတ်စွာဘုရား၏ ခမည်းတော် **ကပိလဝတ်** ပြည့်ရှင် **သုဒ္ဓေါဒန** ဘုရင်ကြီးသည် သားဘုရား ရာဇဂြိုဟ်ပြည်တွင် သီတင်းသုံးလျက်ရှိကြောင်း သိတင်းကောင်း ကြားရ၏။ ထို့ကြောင့် ပြာသိုလပြည့်ကျော်ချိန်မှစ၍ အမတ်တစ်ယောက်လျှင် အခြွေအရံ တစ်ထောင်စီ ခြံရံစေ၍ သားတော်ဘုရားကို ပင့်ရန် **ရာဇဂြိုဟ်**သို့ စေလွှတ်ရာ ကိုးကြိမ်တိုင်တိုင် လွှတ်သော်လည်း တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ ပြန်မလာသဖြင့် မည်သည့် သတင်းမျှ မရရှိပေ။ အကြောင်းမှာ ထိုအမတ်များနှင့် အခြွေအရံ ကိုးထောင်တို့သည် မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကို နာကြားရ၍ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားကြသောကြောင့်ပင်။

**ရှင်ကာဠုဒါယီ၏ ပန်းချီကား** နောက်ဆုံးတွင် မြတ်စွာဘုရား၏ ဖွားဘက်တော် ကစားဖေါ်ဖြစ်ခဲ့သော **ကာဠုဒါယီ** အမတ်ကို ရွေးနည်းအတိုင်း စေလွှတ်ပြန်၏။ **ကာဠုဒါယီ** အမတ်ကြီးနှင့် အခြွေအရံ တစ်ထောင်လည်း ရဟန္တာ ဖြစ်သွားကြပြန်၏။

**အရှင်ကာဠုဒါယီ**သည် မင်းကြီးကို ဝန်ခံခဲ့သည့်အတိုင်း တပေါင်းလပြည့်နေ့တွင် မြတ်စွာဘုရားအထံသို့ သွား၍ ဆောင်းကုန် နွေကူး တစ်ပေါင်းလ ရာသီထူး၏ မပူမအေးဖြစ်၍ သာယာပုံ၊ သစ်ပင်များ ရွက်ညွန့်တွေ ထွက်ချိန်ဖြစ်၍ ရှုမငြီးအောင် သာယာပုံ၊ ရာသီနှင့် တောတောင် သာယာလှသဖြင့် သားကောင်များ၊ ငှက် များလည်း သာသာယာယာ တွန်ကျူးလျက် မြူးတူးရွှင်ပျော်နေကြပုံ

အစုံစုံတို့ကို ဖော်ပြလျက် မြတ်စွာဘုရား **ကပိလဝတ်**ပြည်သို့ကြွရန် အရေးကို တောတောင်ဘွဲ့ ပါဠိကဗျာ ဂါထာပေါင်း ခြောက်ဆယ်ကို သီကုံး ရွတ်ဆိုကာ တောတောင် ပန်းချီကားချပ်ကြီး ရေးခြယ်သည့်နှယ် အကျယ်တဝင့် တင်ပြ လျှောက်ထားလေ၏။

မြတ်စွာဘုရားက ကြွတော်မူရန် သဘောတူသောအခါ နှစ်လနှင့် **ကပိလဝတ်**ပြည်သို့အရောက် ပင့်ဆောင်လေရာ ကဆုန်လပြည့်နေ့၌ ကပိလဝတ်ပြည်သို့ ရောက်တော်မူ၏။

**ကပိလဝတ်၌ ကျေးဇူးဆပ်ခြင်း** မြတ်စွာဘုရားသည် **ကပိလဝတ်**သို့ ရောက်သောအခါ ပထမနေ့၌ တန်ခိုးပြာဋိဟာ ပြ၍ ဆွေမျိုးတို့၏ အပူဇော်ကို ခံတော်မူ၏။ ဒုတိယနေ့၌ **ကပိလဝတ်** မြို့တွင်းသို့ ဆွမ်းခံကြွရာမှ ခမည်းတော် မင်းကြီးကို တရားဟောရာ သကဒါဂါမ် ဖြစ်သွား၏။ (နောင်တွင် ထီးဖြူအောက်၌ပင် ရဟန္တာ ဖြစ်သွား၏။) တတိယနေ့တွင် ညီတော် နန္ဒမင်းသားကို ရဟန်းပြုပေး၏။ သတ္တမနေ့တွင် သားတော် ရာဟုလာ ၇ နှစ်သားကလေးက မယ်တော်၏ သင်ကြားပေးချက်အရ ဘုရားရှင်ထံ အမွေ တောင်းသောအခါ ကျောင်းတော်သို့ ခေါ်ခဲ့ပြီးလျှင် **အရှင်သာရိပုတ္တရာ**ထံ အပ်နှံကာ သရဏဂုံပေး၍ ရှင်သာမဏေ ပြုပေးစေ၏။ ထို့နောက် မြတ်စွာဘုရားသည် **ရာဇဂြိုဟ်**သို့ပင် ပြန်ကြွတော်မူ၏။

**ကျောင်း ခွင့်ပြုခြင်း** မြတ်စွာဘုရားသည် **ရာဇဂြိုဟ်**၌ ဒုတိယဝါ ဆိုတော်မူ၏။ **ရာဇဂြိုဟ်**သူဌေးသည် သံဃာတော်များ ချုံကြိုချုံကြား သစ်ပင်များအောက်မှာ နေကြသည်ကို မကြည့်ရက်နိုင်သဖြင့် သံဃာတော်များမှတစ်ဆင့် မြတ်စွာဘုရားအား

ကျောင်းခွင့်ပြုဖို့ လျှောက်ထားရာ ဘုရားရှင် ခွင့်ပြုတော်မူသဖြင့် ကျောင်းဆောက်လှူဒါန်း၏။

**အနာထပိဏ်၏ သဒ္ဒါတရား** ဝါကျွတ်သောအခါ **ရာဇဂြိုဟ်သူဌေး**၏ အဆွေတော် သာဝတ္ထိပြည်မှ **အနာထပိဏ် သူဌေးကြီး**သည် အရောင်းအဝယ်ကိစ္စဖြင့် ရာဇဂြိုဟ်သို့ ရောက်လာ၏။ ဘုရား ပွင့်တော်မူကြောင်း သိရသောအခါ မြတ်စွာဘုရား သီတင်းသုံးတော်မူရာ **သီတဝန** တောကျောင်းသို့သွား၍ ဖူးမြော်ကာ တရားနာရသဖြင့် သောတာပန် ဖြစ်သွား၏။

**အနာထပိဏ်** သူဌေးသည် နောက်တစ်နေ့တွင် သံဃာတော်များ နှင့်တကွ မြတ်စွာဘုရားကို **ရာဇဂြိုဟ်** သူဌေးအိမ်၌ပင် ဆွမ်း ဆက်ကပ် လှူဒါန်း၏။ **သာဝတ္ထိ**သို့ ပြန်ရောက်သောအခါ **ဇေတဝန်** ကျောင်းတော်ကြီးကို ငွေ အမြောက်အမြား အကုန်ခံကာ ဆောက်လုပ်ပြီးလျှင် မြတ်စွာဘုရားကို ပင့်၍ လှူဒါန်းလိုက်၏။

**သံသရာဓာတ်သိမ်း** ထိုအချိန်မှစ၍ မြတ်စွာဘုရားသည် **ဇေတဝန်** ကျောင်းတော်၌သာ များသောအားဖြင့် သီတင်းသုံးလျက် သက်တော် ရှစ်ဆယ်အထိ သတ္တဝါတို့၏ ဆင်းရဲငြိမ်းရေး ချမ်းသာရေးကိုသာ ဆောင်ရွက်တော်မူပြီးလျှင် **ကုသိနာရုံ**ပြည် **မလ္လာမင်း**တို့၏ အင်ကြင်းဥယျာဉ် အတွင်းဝယ် သက်တော် ရှစ်ဆယ် ပြည့်သောနှစ် ကဆုန်လပြည့်ညတွင် ရုပ်နာမ်ခပ်သိမ်း ချုပ်ပြတ်ငြိမ်း၍ သံသရာ ဓာတ်သိမ်းကာ ပရိနိဗ္ဗာန် ဝင်စံတော်မူလေ၏။

ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူသည်မှာ ယခုမြန်မာနှစ် ၁၃၄၂ ခုနှစ်အထိဆိုလျှင် နှစ်ပေါင်း ၂၅၂၄ နှစ် ရှိသွားပေပြီ။

## ဘုရားဂုဏ်တော် ၉ ပါး

ဣတိပိ သော ဘဂဝါ–

၁။ အရဟံ
၂။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
၃။ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
၄။ သုဂတော
၅။ လောကဝိဒူ
၆။ အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ
၇။ သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ
၈။ ဗုဒ္ဓေါ
၉။ ဘဂဝါ

၁။ **အရဟံ** = ကိလေသာ အညစ်အကြေးတို့မှ ကင်းဝေးစင်ကြယ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၂။ **သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ**= သိစရာမှန်သမျှ တစမကျန် သယမ္ဘူဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၃။ **ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော** = အသိတရား အကျင့်တရားတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ (ဝါ) ဝိဇ္ဇာသုံးပါး၊ ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး၊ စရဏတရား ၁၅ ပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ [ဝိဇ္ဇာသုံးပါး၊ ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး၊ စရဏ ၁၅ ပါးတို့ကို စာမျက်နှာ ၁၉၄–၆ ၌ ကြည့်ပါ။]

၄။ **သုဂတော** = ကျိုးရှိဟုတ်မှန် နှစ်တန်သော စကားကိုသာ မိန့်ကြားတော်မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရား။ (ဝါ) ကျိုးရှိဟုတ်မှန် သူခံသာသော စကားနှင့် ကျိုးရှိဟုတ်မှန် သူမခံသာသောစကား ဤနှစ်ပါးကိုသာ မိန့်ကြားတော်မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရား။

၅။ **လောကဝိဒူ** = သတ္တလောက၊ ဩကာသလောက၊ သင်္ခါရလောက တည်းဟူသော✿ လောကသုံးခွင်ကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၆။ **အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ** = မယဉ်ကျေးကြပြင်း သတ္တဝါများကို ယဉ်ပါးလေအောင် သွေးဆောင်ဆုံးမခြင်း၌ တုဘက်ကင်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၇။ **သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ** = လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ ဆရာတဆူ အစစ် ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၈။ **ဗုဒ္ဓေါ** = သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ (ဝါ) သစ္စာလေးအင် ကိုယ်တိုင်မြင်၍ များဖြင်ဝေနေ တပည့်တွေကိုလဲ သိစေတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

---

✿ သတ္တဝါအားလုံးသည် **သတ္တလောက**၊ သတ္တဝါတို့၏ တည်နေရာ အပါယ် ၄ ဘုံ၊ လူ့ဘုံ၊ နတ် ၆ ဘုံ၊ ဗြဟ္မာဘုံ ၂၀ အားဖြင့် ၃၁ ဘုံသည် **ဩကာသလောက**၊ ရုပ်နာမ် ၂ ပါးသည် **သင်္ခါရလောက**။

၉။ **ဘဂဝါ** = ဣဿရိယ စသည် ဘုန်းခြောက်လီနှင့် စုံညီ ပြည့်ဝတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

(က) ကိုယ်တော်မြတ်၏ စိတ်တော်ကို စိုးပိုင် နိုင်နင်းတော်မူခြင်း တည်းဟူသော **ဣဿရိယ** ဘုန်းတော်၊

(ခ) မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ကိုးတန်သော လောကုတ္တရာတရား တည်းဟူသော **ဓမ္မ** ဘုန်းတော်၊

(ဂ) ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သုံးဖြာသော လောကတွင် ပျံ့နှံ့ကျော်စောရခြင်း တည်းဟူသော **ယသ** ဘုန်းတော်။

(ဃ) အင်္ဂါကြီးငယ် တင့်တယ် ပြည့်ဖြိုး အချိုးတကျသပ္ပာယ်တော်မူလှခြင်း တည်းဟူသော **သိရီ** ဘုန်းတော်၊

(င) အလိုတော်ရှိတိုင်း မဆိုင်းခဏ ပြီးစီးတော်မူရခြင်း တည်းဟူသော **ကာမ** ဘုန်းတော်၊

(စ) အရဟတ္တ မဂ်ဉာဏ်၊ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တိုင်အောင် ရစေနိုင်သည့် ကြံ့ခိုင် ကြီးမားသော ဝီရိယတော် တည်းဟူသော **ပယတ္တ** ဘုန်းတော်၊

ဤ ဘုန်းတော် ခြောက်စုံနှင့် ကုံလုံပြည့်ဝတော်မူသော မြတ်စွာဝဘုရား။

ဤသို့လျှင် **အရဟံ** စသား ဂုဏ်ကိုးပါးနှင့် ထူးခြားကုံလုံပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားကို တပည့်တော်သည် ကြည်ညိုမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုး ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

# အခန်း (၃)

# ဓမ္မ = တရားတော်

**ကိုယ်တွေ့တရား** ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောပြော ညွှန်ပြတော်မူသော တရားတော်များသည် သူတစ်ပါးထံမှ သင်ယူနာကြားထားသော တရားများကိုပြန်လည်ဟောကြားသော တရားတော်များ မဟုတ်ပေ။ မိမိ၏ တွေးခေါ် ဆင်ခြင်ဉာဏ်ဖြင့် တွေးခေါ် ဆင်ခြင်၍ ရသော တရားတော်များကို ပြန်လည် ဟောကြားထားခြင်းလည်း မဟုတ်ပေ။ စင်စစ်မူ ကိုယ်တိုင် အကျင့်လမ်းမှန်ကို ကျင့်၍ ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်း သိမြင်ထားသော တရားတော်များကို ပြန်လည် ဟောကြားတော်မူခြင်းသာ ဖြစ်ပေသည်။

ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်း သိမြင်ရသော တရားတော်များ ဖြစ်သောကြောင့်ပင် "ဤတရားသည် နက်နဲ၏၊ မြင်နိုင်ခဲ၏၊ သိနိုင်ခဲ၏၊ ငြိမ်းအေး၏၊ မွန်မြတ်၏၊ ကြံတွေး ဆင်ခြင်ရုံမျှဖြင့် မသိနိုင်၊ သိမ်မွေ့၏၊ အကျင့်မှန်ကို လက်တွေ့ ကျင့်ကြံသော **ပညာရှိတို့သည်သာ သိမြင်နိုင်၏"** ဟု မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင် ဆင်ခြင် စဉ်းစားမိတော်မူခြင်း ဖြစ်၏။

**လောကုတ် လောကီ နှစ်လီအကျိုး** ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြား ဆုံးမတော်မူသော ယင်း တရားတော် များတွင် လောကီကျိုး လောကုတ္တရာကျိုး နှစ်မျိုးလုံး ပါဝင်လျက် ရှိသည်။ ထို နှစ်မျိုးအနက် လောကီကျိုးဆိုသည်မှာ လောက၌ ချမ်းသာစွာ နေထိုင်ရခြင်းအကျိုးပင် ဖြစ်၏။ လောကုတ္တရာကျိုး ဆိုသည်မှာ မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန် ဟူသော အကျိုးပင် ဖြစ်၏။

မြတ်စွာဘုရားသည် လောကုတ္တရာအကျိုးကိုသာ အလေးပေး၍ ဟောကြား ညွှန်ပြတော်မူ၏။ ဘုရားဖြစ်တော်မူပြီးနောက် အစဆုံး ဟောတော်မူသော ဓမ္မစကြာတရားတော်မှာ လောကုတ္တရာအကျိုး သက်သက်အတွက်သာ ဖြစ်၏။

ဤတရားတော်ကို ဘုရားဖြစ်ပြီး၍ နှစ်လအကြာ ဝါဆိုလပြည့်နေ့ တွင် **ဗာရာဏသီ**ပြည်အနီး **ဣသိပတန** ဒေးမဲ့တော၌ **ကောဏ္ဍည၊ ဝပ္ပ၊ ဘဒ္ဒိယ၊ မဟာနာမ်၊ အဿဇိ** အမည်ရသော ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့ကို အမှူးထား၍ ဟောကြားတော်မူသည်။

## ဓမ္မစကြာတရားတော်၏ လိုရင်းသဘော

လောက၌ နှစ်သက်စရာ အာရုံ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာတွေကို ခံစားရေး၌ အားထုတ်ခြင်း=**ကာမေသုခလ္လိကာနုယောဂ** အကျင့်ကိုလည်း မမှီဝဲအပ်၊ မကျင့်ကြံအပ်။

မိမိကိုယ်ကို ပင်ပန်းဆင်းရဲအောင် ကျင့်ခြင်း=**အတ္တကိလမထာနုယောဂ** အကျင့်ကိုလည်း မမှီဝဲအပ်။ မကျင့်ကြံအပ်။

အကျင့်နှစ်မျိုးလုံးသည် အစွန်းကျ၍ မှုမှုတတ မရှိပေ။ ထို့ကြောင့် ယင်း အကျင့်နှစ်မျိုးကို ပယ်၍ အလယ်လမ်း အကျင့်ဖြစ်သော မဂ္ဂင်ရှစ်တန် အကျင့်မှန်ကိုသာ ကျင့်ကြံကြရမည်။ ဤ မဂ္ဂင်ရှစ်တန်သည်သာလျှင် အသိဉာဏ်ကို ပွင့်လင်းစေ၍ ဆင်းရဲခြင်းကို ငြိမ်းစေနိုင်သော အကျင့်မှန် ဖြစ်သည်။

**ယင်း မဂ္ဂင်ရှစ်တန်မှာ**

သမ္မာဒိဋ္ဌိ = မှန်စွာ သိမြင်မှု
သမ္မာသင်္ကပ္ပ = မှန်စွာ ကြံစည်မှု
သမ္မာဝါစာ = မှန်စွာ ပြောဆိုမှု
သမ္မာကမ္မန္တ = မှန်စွာ ပြုလုပ်မှု
သမ္မာအာဇီဝ = မှန်စွာ အသက်မွေးမှု
သမ္မာဝါယာမ = မှန်စွာ ကြိုးစားအားထုတ်မှု
သမ္မာသတိ = မှန်စွာ သတိကပ်မှု
သမ္မာသမာဓိ = မှန်စွာ စူးစိုက် တည်ငြိမ်မှု တို့ဖြစ်ကြသည်။

**သစ္စာ ၄ ပါး** ပဋိသန္ဓေ နေရခြင်း၊ အိုရခြင်း၊ နာရခြင်း၊ သေရခြင်း၊ ချစ်သူတို့နှင့်ကွဲ၍ မချစ်သူတို့နှင့် တွဲရခြင်း၊ လိုတာမရခြင်း စသည်သည် ဆင်းရဲအစစ်အမှန်**(ဒုက္ခသစ္စာ)** ဖြစ်၏။ စွဲလမ်းစရာ ခန္ဓာငါးပါးနှင့် စပ်သမျှ ဆင်းရဲ အစစ်အမှန် **(ဒုက္ခသစ္စာ)**ချည်း ဖြစ်၏။ ဤ ဆင်းရဲအစစ်အမှန် သဘောကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရမည်။**(ပရိညေယျ)**

လိုချင်တပ်မက်မှု တဏှာသည် ဆင်းရဲ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း၏ အကြောင်းရင်း အမှန်**(သမုဒယသစ္စာ)** ဖြစ်၏။ ဤ အကြောင်း တဏှာကို ပယ်ရမည်။**(ပဟာတဗ္ဗ)**

ဤ တဏှာ လုံးဝချုပ်ငြိမ်း၍ ယင်း၏ အကျိုးဆင်းရဲ မဖြစ်ပေါ်ခြင်းသည် ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်းအမှန်**(နိရောဓသစ္စာ)**ဖြစ်၏။ ဤ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း သဘာဝကို ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်ဖြင့် သိမြင် ဆိုက်ရောက်ရမည်။**(သစ္ဆိကာတဗ္ဗ)**

မဂ္ဂင်ရှစ်တန်သည် ဆင်းရဲငြိမ်းရာသို့ ရောက်စေနိုင်သော အကျင့်လမ်းအမှန်**(မဂ္ဂသစ္စာ)** ဖြစ်၏။ ဆင်းရဲငြိမ်းလိုလျှင် ဤ မဂ္ဂင်ရှစ်တန်ကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားအောင် အားထုတ်ရမည်။**(ဘာဝေတဗ္ဗ)**

**ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်ပုံ** မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားလျှင် ရုပ်နာမ်တို့၏ ဆင်းရဲအမှန်သဘာဝကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြားသိမည်။ ယင်းသို့သိလျှင် မသိ၍ ငြိတွယ်တပ်မက်နေသော တဏှာကို ပယ်နိုင်မည်။ တဏှာကိုပယ်နိုင်လျှင် ယင်း၏ အကျိုးဖြစ်သော ဆင်းရဲ မဖြစ်ပေါ်လာတော့၍ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း သဘာဝ **(နိဗ္ဗာန်)**ကို မျက်မှောက်ထင်ထင် သိမြင်ဆိုက်ရောက်မည်။

လိုရင်းမှာ– မဂ္ဂသစ္စာကို**ပွါး**လျှင် ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား **သိ**မည်။ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြားသိလျှင် သမုဒယသစ္စာကို **ပယ်**နိုင်မည်။ သမုဒယသစ္စာကို ပယ်နိုင်လျှင် နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက် သိမြင်**ဆိုက်**ရောက်မည်။

**ဆောင် ။ ။ ပွါး သိ ပယ် ဆိုက်၊ လက်တွေ့၌၊ ဉာဏ်စိုက်သိမြင် သင့်လှသည်။**

**ရဲရင့်စွာ ဝန်ခံတော်မူခြင်း** တရားတော်၏ ဖော်ပြပါ အနှစ်သာရသဘောကို မြတ်စွာဘုရားသည် ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးတို့အား ဟောကြားတော်မူနေခြင်းဖြစ်၏။ မြတ်စွာဘုရားက အောက်ပါစကားကို ရဲရင့်စွာ မိန့်ကြားတော်မူကာ ဓမ္မစကြာတရားတော်ကို နိဂုံးချုပ်တော်မူလေသည်။

"ဤ သဘောတရားများကို ယခု ငါဘုရား တိကျသေချာစွာ သိရပေပြီ။ ဤ သဘောတရားများကို ရှင်းလင်းပြတ်သား တိကျသေချာစွာ မသိရသေးမီက 'သမ္မာသမ္ဗောဓိဉာဏ်ကို ရပြီ၊ ဘုရားစင်စစ် ဖြစ်ပြီ'ဟု ငါ ဝန်မခံခဲ့ပေ။ ယခုအခါ ရှင်းလင်းပီပြင် ကြည်လင်သန့်ရှင်းစွာ သိရပြီ ဖြစ်သောကြောင့်သာ 'သမ္မာသမ္ဗောဓိဉာဏ်ကို ရပြီ၊ ဘုရားစင်စစ် ဖြစ်ပြီ'ဟု ငါဘုရား ဝန်ခံခြင်းဖြစ်၏။ 'ငါ၏ ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်ခြင်းသည် မပျက်စီး နိုင်တော့ပေ။ ဤ ဘဝသည် ငါ၏ နောက်ဆုံးဘဝပေတည်း၊ နောက်ထပ် တစ်ဖန် ဘဝသစ်ဖြစ်ရန် မရှိတော့ပြီ'ဟု ငါ့အား အသိအမြင် ဆင်ခြင်ဉာဏ်လည်း ဖြစ်ပေါ်လေပြီ"။

**ပထမဆုံး သောတာပန်** ပဥ္စဝဂ္ဂီ ငါးဦးတို့သည် တရားတော်ကို လွန်စွာ နှစ်ခြိုက်ကြကုန်၏။ ဘုရားအလောင်းတော် **သိဒ္ဓတ္ထ**ကလေး ဖွားစက "ဘုရားစင်စစ် ဧကန်ဖြစ်မည်" ဟု တထစ်ချ ဟောခဲ့သော **အရှင်ကောဏ္ဍည**(သုဒတ္တ) မှာမူ နှစ်ခြိုက်ရုံမက " ဖြစ်သမျှ ပျက်ရတာချည်းပဲ" ဟု တရားမျက်စိအမြင် **(သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်)** ရကာ သောတာပန်ဖြစ်သွား၏။

အရှင်ကောဏ္ဍည သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ် ရပြီကို သိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည် "ကောဏ္ဍည တရားကို သိသွားပြီ" ဟု မိန့်ကြား ကြေညာတော်မူ၏။

သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ကို ရပြီးသော အရှင်ကောဏ္ဍညသည် မြတ်စွာဘုရားထံ ရဟန်းအဖြစ်ကို လျှောက်ထား တောင်းပန်သဖြင့် **ဟေဝိဘိက္ခုရဟန်း** အဖြစ်ကို ရလေ၏။

**အရှင်ဝပ္ပ၊ အရှင်ဘဒ္ဒိယ၊ အရှင်မဟာနာမ်၊ အရှင်အဿဇိ** တို့မှာမူ ဓမ္မစကြာတရားကို နာကြားစဉ်က မဂ်ဉာဏ်ကို မရကြသေး၍ ရဟန်းပြုပေးရန် မလျှောက်ထားကြသေးပေ။ မြတ်စွာဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူသည့်အတိုင်း ဝါဆိုလပြည့်ကျော် ၁ ရက်နေ့မှ စ၍ မဂ္ဂသစ္စာကို ပွါးများအားထုတ်ကြသဖြင့် လေးပါးလုံး အစဉ်အတိုင်း တရားရကြ၍ သောတာပန်များ ဖြစ်ပြီးမှ **ဟေဝိဘိက္ခုရဟန်း** အဖြစ်ကို အသီးသီးရကြ၏။

**ပထမဆုံး ရဟန္တာများ** ဝါဆို လပြည့်ကျော် ၅ ရက်နေ့၌မူ မြတ်စွာဘုရားသည် ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့အား **အနတ္တလက္ခဏသုတ်** ဒေသနာတော်ကို ဟောကြားတော် မူရာ ငါးပါးလုံး အရဟတ္တဖိုလ်အထိ တရားသိကြ၍ ကိလေသာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းအေးကြကာ ရဟန္တာများ ဖြစ်သွားကြ၏။

## အနတ္တလက္ခဏသုတ်တော်၏ လိုရင်းသဘော

**အလိုမလိုက် အစိုးမရ အနတ္တ** ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ် ဟူသော ခန္ဓာ ငါးစုတို့သည် အလိုအတိုင်း ဖြစ်စေနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အတ္တများ မဟုတ်ကြပေ။ အကြောင်း ညီညွတ်သလို ဖြစ်ပျက်နေကြသော သဘာဝတရားများသာ ဖြစ်ကြ၏။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် အနိုပ်စက် မခံလိုပါဘဲလျက် ထိုခန္ဓာ ငါးစုတို့က နှိပ်စက် တတ်ကြ၏။ "ဒီလို ရုပ်ကောင်း နာမ်ကောင်းတွေ ဖြစ်ပါစေ။ ဟိုလို ရုပ်ဆိုး နာမ်ဆိုးတွေ မဖြစ်ပါစေနှင့်" ဟု စီမံ ခန့်ခွဲသော်လည်း စီမံ ခန့်ခွဲသလို ဖြစ်မလာကြ၊ သဘာဝ အားလျော်စွာသာလျှင် ဖြစ်ပျက်နေကြ၏။ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာငါးစုတို့သည် အလိုအတိုင်း ဖြစ်စေနိုင်သော အတ္တများ မဟုတ်ကြပေ။ အနတ္တတို့ချည်းသာတည်း။

**မတည်မမြဲ ဆင်းရဲသောကြောင့် အနတ္တ** ထို့အပြင် ခန္ဓာ ငါးစုသည် မပျက်စီးဘဲ တည်မြဲနေသော အသက်ဝိညာဉ် အတ္တများ မဟုတ်ကြပေ။ ခဏမစဲ တစ်ဖြစ်တည်းဖြစ်၍ တပျက်တည်း ပျက်နေကြသဖြင့် မတည်မြဲသော အနိစ္စ သဘာဝများသာ ဖြစ်ကြ၏။ ထိုသို့ မတည်မြဲသောကြောင့်ပင် နှစ်သက် သာယာဖွယ်ရာ ချမ်းသာသုခများ မဟုတ်ကြ၊ မနှစ်မြို့ မခံသာဖွယ်ရာ ဆင်းရဲဒုက္ခတို့ ချည်းသာ ဖြစ်ကြ၏။ ထိုသို့ ချမ်းသာသုခများ မဟုတ်ဘဲ ပြောင်းလဲ ဖေါက်ပြန်တတ်သော ဆင်းရဲဒုက္ခတို့ချည်းသာ ဖြစ်ကြသောကြောင့် ထိုခန္ဓာငါးစုကို "ငါ့ဟာပဲ၊ ငါပဲ၊ ငါ၏ အတ္တပဲ"ဟု ရှုမြင်သုံးသပ် ထင်မှတ်ဖို့ရာ မသင့်လျော်ပေ။

**၁၁ ပါး အပြားဖြင့် အနတ္တဟု ရှုပုံ** ထိုသို့ ခန္ဓာငါးစုသည် အလိုအတိုင်း မဖြစ်သောကြောင့် လည်းကောင်း၊ မမြဲဆင်းရဲ ပြောင်းလဲ ဖေါက်ပြန်တတ်သဖြင့် "ငါ့ဟာပဲ၊ ငါပဲ၊ ငါ၏ အတ္တပဲ"ဟု ယူစွဲ ထင်မှတ်ရန် မသင့်လျော်သောကြောင့် လည်းကောင်း အတိတ် အနာဂါတ် ပစ္စုပ္ပန် ခန္ဓာကို ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်တွင်းခန္ဓာ ကိုယ်ပခန္ဓာကို ဖြစ်စေ၊ ကြမ်းတမ်းခန္ဓာ နူးညံ့ ခန္ဓာကို ဖြစ်စေ၊ အညံ့ခန္ဓာ အကောင်းခန္ဓာကိုဖြစ်စေ၊ အဝေးခန္ဓာ အနီးခန္ဓာကို ဖြစ်စေ အလုံးစုံသော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ မှန်သမျှကို "ငါ့ဟာမဟုတ်၊ ငါမဟုတ်၊ ငါ၏အတ္တ မဟုတ်"ဟု ကိုယ်တွေ့ဉာဏ် ဖြင့် အရှိသဘာဝအတိုင်း သိအောင် ရှုပွါးရမည်။

**ဉာဏ်အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်ပုံ** ခန္ဓာငါးစုကို ဆိုခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း "ငါ့ဟာမဟုတ်၊ ငါမဟုတ်၊ ငါ၏ အတ္တမဟုတ်၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောချည်းသာ ဖြစ်ကြသည်"ဟု အမှန်အတိုင်း သိမြင်သူသည် ခန္ဓာ ငါးစု၌ ငြီးငွေ့သည့် ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ငြီးငွေ့လျှင် တပ်မက်ခြင်းကင်းလျက် အရိယ မဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ တပ်မက်ခြင်း ကင်းလျက် အရိယမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာသောကြောင့် ကိလေသာ အာသဝေါတို့မှ လွတ်မြောက် လေတော့၏။ ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်လျှင် "လွတ်မြောက်ပြီ"ဟု ဆင်ခြင်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်၏။ "ဘဝသစ်ဖြစ်မှု ကုန်ပြီ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းပြီ" ဟူ၍လည်း ဆင်ခြင်လျက် သိ၏။

ဤကား **အနတ္တလက္ခဏသုတ်တော်** ၏ လိုရင်းသဘောတည်း။

## အာဒိတ္တပရိယာယသုတ်

**ရသေ့ညီနောင် ရှင်တစ်ထောင်** မြတ်စွာဘုရားသည် ပထမဝါတွင် **မိဂဒါဝုန်**၌ ဝါဆိုပြီးနောက် ဝါကျွတ်သောအခါ **ဥရုဝေလ**တောသို့ ကြွတော်မူ၏။ **ဥရုဝေလတော**၌ သုံးလပတ်လုံး သီတင်းသုံးတော်မူလျက် **ဥရုဝေလကဿပ**၊ **နဒီကဿပ**၊ **ဂယာကဿပ** ဟူသော ရသေ့ညီနောင် သုံးယောက်နှင့် ယင်းတို့၏ တပည့် တစ်ထောင်တို့ကို တန်ခိုးအမျိုးမျိုးပြ၍ အယူမှန်ကို ရစေတော်မူ၏။

ထို့နောက် ထိုရသေ့တို့ကို နေရဉ္ဇရာမြစ် တစ်ဘက်ကမ်းရှိ **ဂယာ**ရွာအနီးမှ **ဂယာသီသ** ကျောက်ဖြာကြီး ရှိရာသို့ ခေါ်ဆောင်သွားပြီးလျှင် ထိုကျောက်ဖြာကြီးပေါ်၌ **အာဒိတ္တပရိယာယသုတ်** ကို ဟောကြားတော်မူရာ ရသေ့အားလုံး အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ် အထိ တရားသိကြ၍ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားကြ၏။

## အာဒိတ္တပရိယာယသုတ်၏ အချုပ်သဘော

**ဒွါရခြောက်ဖုံ** မျက်စိသည် လိုချင်တပ်မက်ခြင်း၊ စိတ်ပျက်၊ စိတ်ဆိုးခြင်း၊ အမှန်အတိုင်း မသိခြင်း၊ ပဋိသန္ဓေ နေရခြင်း၊ အိုရခြင်း၊ သေရခြင်း၊ စိုးရိမ် ပူဆွေးရခြင်း၊ ငိုကြွေးရခြင်း၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း၊ ပြင်းစွာ ပူပန်ရခြင်း တည်းဟူသော တစ်ဆယ့်တစ်သီး မီးတို့ဖြင့် တဟုန်းဟုန်း တောက်လောင်နေ၏။ ထို့အတူပင် နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်တို့သည်လည်း တဟုန်းဟုန်း တောက်လောင်နေကြ၏။

**အာရုံခြောက်တန်** အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ ထိတွေ့စရာနှင့် ကြံတွေးစရာ သဘောတို့သည်လည်း လိုချင်တပ်မက် စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုးစသော မီး တစ်ဆယ့်တစ်မျိုးတို့ဖြင့် တထိန်ထိန် တညီးညီး အလောင်ကြီး လောင်နေကြ၏။

**ဝိညာဏ်ခြောက်ဝ** မြင်စိတ်၊ ကြားစိတ်၊ နံစိတ်၊ အရသာသိစိတ်၊ ထိတွေ့စိတ်၊ ကြံတွေးစိတ်တို့သည်လည်း လိုချင်တပ်မက် စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုးစသော မီး တစ်ဆယ့်တစ်မျိုးတို့ဖြင့် တညီးညီး တထိန်ထိန် တစ်ရှိန်ရှိန် တောက်လောင်နေကြ၏။

**ဖဿခြောက်ဖြာ** မြင်တွေ့၊ ကြားတွေ့၊ နံတွေ့၊ အရသာတွေ့၊ ထိတွေ့၊ ကြံတွေးတွေ့တို့သည်လည်း လိုချင်တပ်မက် စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုးစသော မီး တစ်ဆယ့်တစ်ပါးတို့၏ အမျိုးအဝါးကို ခံနေကြရ၏။

**ဝေဒနာခြောက်ပါး** မြင်ခံစား၊ ကြားခံစား၊ နံခံစား၊ အရသာခံစား၊ ထိတွေ့ခံစား၊ ကြံတွေးခံစားမှုတို့သည်လည်း လိုချင်တပ်မက် စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုးစသော မီး တစ်ဆယ့်တစ်ဖြာတို့ဖြင့် ချမ်းသာရာ မရအောင် အလောင်ကြီး လောင်နေကြ၏။

**ဉာဏ်အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်ပုံ** ဤသို့လျှင် "ဒွါရခြောက်ဖုံ၊ အာရုံခြောက်တန်၊ ဝိညာဏ်ခြောက်ဝ၊ ဖဿခြောက်ဖြာ၊ ဝေဒနာခြောက်ပါး ဤတရားတို့သည် လောဘ၊ ဒေါသ စသော မီးတို့ဖြင့် တဟုန်းဟုန်း တောက်လောင်နေကြသည်"ဟု ရှုမြင်တတ်သော သူအား ထိုမျက်စိစသော တရားတို့၌ ငြီးငွေ့သောဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်၏။ ငြီးငွေ့လျှင် တပ်မက်ခြင်း ကင်းလျက်

အရိယမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်၏။ တပ်မက်ခြင်း ကင်းလျက် အရိယမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်သောကြောင့် ကိလေသာ အာသဝေါတို့မှ လွတ်မြောက်လေတော့၏။ ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်လျှင် "လွတ်မြောက်ပြီ"ဟု ဆင်ခြင်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်၏။ "ဘဝသစ်ဖြစ်မှု ကုန်ပြီ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းပြီ"ဟုလည်း ဆင်ခြင်လျက် သိ၏။

ဤကား **အာဒိတ္တပရိယာယ**သုတ်၏ အချုပ်သဘောတည်း။

## မီး ၁၁ ပါး

၁။ လိုချင်တပ်မက်ခြင်း= ရာဂမီး
၂။ စိတ်ဆိုး စိတ်ပျက်ခြင်း= ဒေါသမီး
၃။ အမှန်အတိုင်း မသိခြင်း= မောဟမီး
၄။ ပဋိသန္ဓေနေရခြင်း= ဇာတိမီး
၅။ အိုရခြင်း= ဇရာမီး
၆။ သေရခြင်း= မရဏာမီး
၇။ စိုးရိမ် ပူဆွေးရခြင်း= သောကမီး
၈။ ငိုကြွေးရခြင်း= ပရိဒေဝမီး
၉။ ကိုယ်ဆင်းရဲရခြင်း= ဒုက္ခမီး
၁၀။ စိတ်ဆင်းရဲရခြင်း= ဒေါမနဿမီး
၁၁။ ပြင်းစွာ ပူပန်ရခြင်း= ဉပါယာသမီး

## တရားဂုဏ်တော် ၆ ပါး

၁။ **သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော**
၂။ **သန္ဒိဋ္ဌိကော၊**
၃။ **အကာလိကော**
၄။ **ဧဟိပဿိကော**
၅။ **ဩပနေယျိကော**
၆။ **ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ။**

၁။ **ဘဂဝတာ ဓမ္မော**=ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောမိန့်ကြားသည့် မဂ်လေးပါး ဖိုလ်လေးပါး နိဗ္ဗာန် ပရိယတ်အားဖြင့် ဆယ်ပါးသော တရားတော်မြတ်သည်၊ **သွာက္ခာတော**= နာစဉ်ချမ်းသာ ကျင့်ချမ်းသာ၍ ချမ်းသာမြတ်မှန် အေးနိဗ္ဗာန်ဟု သုံးတန်ကောင်းခြင်း ပြည့်စုံလျှင်းအောင် ရှင်းလင်း ဟောကြားတော်မူအပ်သော တရားတော်မြတ် ပါပေတည်း။

၂။ **ဘဂဝတာ ဓမ္မော**=ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောမိန့်ကြားသည့် မဂ်လေးပါး၊ ဖိုလ်လေးပါး၊ နိဗ္ဗာန်အားဖြင့် လောကုတ္တရာကိုးပါး မြတ်တရားသည်၊ **သန္ဒိဋ္ဌိကော**= သူများပြောကြား စကားနှင့်မျှ မယုံရဘဲ ကျနကိုယ်တိုင် သိမြင်နိုင်သော တရားတော်မြတ် ပါပေတည်း။

၃။ **ဘဂဝတာ ဓမ္မော**=ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောမိန့်ကြားသည့် မဂ်လေးပါး တရားတော်မြတ်သည်၊ **အကာလိကော**=အချိန်မလင့် မဖင့်မနှေး ချက်ချင်း အကျိုးပေးသော တရားတော်မြတ် ပါပေတည်း။

၄။ **ဘဂဝတာ ဓမ္မော**=ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောမိန့် ကြားသည့် လောကုတ္တရာကိုးပါး မြတ်တရားသည်၊ **ဧဟိပဿိကော**= လာခဲ့စမ်းပါ ရှုစမ်းပါဟု ဝမ်းသာရွှင်လှိုက် ဖိတ်ခေါ်ထိုက်သော တရားတော်မြတ် ပါပေတည်း။

၅။ **ဘဂဝတာ ဓမ္မော**=ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောမိန့် ကြားသည့် လောကုတ္တရာကိုးပါး မြတ်တရားသည်၊ **ဩပနေယျိကော**= အဝတ်ဥဿျောင် မီးလောင်သော်လည်း မသတ်ဘဲနှင့် စိတ်ထဲ ရောက်အောင် ကပ်ဆောင်ထိုက်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတည်း။

၆။ **ဘဂဝတာ ဓမ္မော**=ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောမိန့် ကြားသည့် လောကုတ္တရာကိုးပါး မြတ်တရားသည်၊ **ဝိညူဟိ**=သစ္စာသိမြင် ပညာရှင်ရှစ်ပါး အရိယာများသည်သာလျှင်၊ **ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော**= ကိုယ်စီ ကိုယ်ငှ သိရ ခံစားရသော တရားတော်မြတ် ပါပေတည်း။

ဤသို့လျှင် သွာက္ခာတ စသား ဂုဏ်ခြောက်ပါးနှင့် ထူးခြား ကုံလုံ ပြည့်စုံတော်မူသော တရားတော်မြတ်ကို တပည့်တော်သည် ကြည်ညိုမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုး ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

## အခန်း (၄)

## သံဃ = အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း

**ဥပါသကာ တပည့်** ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည် ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူပြီးနောက် ခုနစ်သတ္တဟမြောက်တွင် **မြတ်စွာဘုရား**နှင့် မြတ်စွာဘုရား၏ **တရားတော်**ကို ယုံကြည်ဆည်းကပ်သော **တပုဿ**နှင့် **ဘလ္လိက** တို့ကို **ဥပါသကာတပည့်သာဝက** အဖြစ် ပထမဆုံး လက်ခံတော်မူရ၏။ ထိုအချိန်တွင် တပည့်သံဃာ မပေါ်ပေါက်သေးပေ။ ထို့ကြောင့်ပင် **တပုဿ** နှင့် **ဘလ္လိက** တို့သည် ဘုရားနှင့် တရားကိုသာ ယုံကြည် ဆည်းကပ်ကြရသော **ဒွေဝါစိက သရဏဂုံတည်သူ ဥပါသကာများ** ဖြစ်ကြ၏။

ဝါဆိုလပြည့်နေ့၌ ဓမ္မစကြာ တရားတော်ကို ဟောကြားတော်မူပြီးသောအခါ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရ၍ အရိယာပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားသော **အရှင်ကောဏ္ဍည**က ရဟန်းအဖြစ်ကို လျှောက်ထား တောင်းပန်၍ **ဧဟိဘိက္ခု ရဟန်း** အဖြစ်ကို ရမှပင် ဗုဒ္ဓ သာသနာတော်၌ အစဦးဆုံး **သံဃာတော်** ပေါ်ပေါက်လာ၏။ ထိုအချိန်၌ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူသည်မှာ နှစ်လပင် ကြာခဲ့ပေပြီ။ **အရှင်ကောဏ္ဍည** ကား သံဃာ၏ အမွန်အစ ပေတည်း။

**အရိယာသံဃာ**
**ပရမတ္ထသံဃာ**

**သံဃာ** ဆိုသည်မှာ **အသိအမြင်ချင်း သီလချင်း တူညီကြသော ပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း** ကို ခေါ်ဝေါ်ခြင်း ဖြစ်၏။ ဤ အနက် အဓိပ္ပါယ်အရ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရပြီးသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာလျှင် **"သံဃာ"** ဟု မှချအားဖြင့် ခေါ်ဝေါ်ရ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များသည်သာလျှင် အချင်းချင်း မဂ်အသိအမြင် ဖိုလ်အသိအမြင်၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ အသိအမြင်ဟူသော အသိအမြင် (=သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်) အားဖြင့် လည်းကောင်း၊ အရိယကန္တသီလ ပြည့်စုံ စင်ကြယ်မှု အားဖြင့် လည်းကောင်း၊ မျက်မှောက် မျက်ကွယ် အမြဲတစေ တူညီကြ၍ ပုထုဇဉ်များမှာကား ထိုကဲ့သို့ မတူညီနိုင်ကြသောကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။

**ပုထုဇဉ်သံဃာ သမ္မုတိသံဃာ** သို့သော် မဂ်ဖိုလ်ရရေးအတွက် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အကျင့်တို့ကို စွမ်းနိုင်သမျှ ကျင့်ကြံအားထုတ်နေကြသော ပုထုဇဉ် ရဟန်းတော်တို့ကိုလည်း အရိယာသံဃာတော်၏ အနွယ်ဝင် ဖြစ်၍ သံဃာတော်ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြရ အသိအမှတ် ပြုကြရ၏။ ထို့ကြောင့်ပင် အရိယာရဟန်းတော်များကို **ဒက္ခိဏေယျသံဃာ၊ ပရမတ္ထသံဃာ** ဟု ခေါ်ဝေါ်သုံးနှုန်းကြ၍ ပုထုဇဉ် ရဟန်းတော်များကို **သမ္မုတိသံဃာ** ဟု လူအများ ခေါ်ဝေါ်သုံးနှုန်းကြ၏။

သို့သော် **ကင်္ခါအဋ္ဌကထာ၊ စာမျက်နှာ ၈၅** ၌ကား ပုထုဇဉ်၊ အရိယာ မကွဲမပြား **သံဃာအားလုံးကိုပင် သမ္မုတိသံဃာ** ဟု ခေါ်ရကြောင်း ဖွင့်ပြထား၏။

**အရိယသံဃာတော် ရှစ်ယောက်** အရိယသံဃာသည် သောတာပတ္တိမဂ်ပုဂ္ဂိုလ်၊ သကဒါဂါမိမဂ် ပုဂ္ဂိုလ်၊ အနာဂါမိမဂ်ပုဂ္ဂိုလ်၊ အရဟတ္တမဂ် ပုဂ္ဂိုလ်အားဖြင့် **မဂ်ပုဂ္ဂိုလ်လေးယောက်**။ သောတာပတ္တိဖိုလ် ပုဂ္ဂိုလ်၊ သကဒါဂါမိဖိုလ် ပုဂ္ဂိုလ်၊ အနာဂါမိဖိုလ် ပုဂ္ဂိုလ်၊ အရဟတ္တဖိုလ် ပုဂ္ဂိုလ်အားဖြင့် **ဖိုလ်ပုဂ္ဂိုလ်လေးယောက်**။ ဤသို့ **အရိယာရှစ်ဖေါ် သံဃာတော်**ကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ အားကိုးရာ ကိုးကွယ်ရာအဖြစ် ယုံကြည်ဆည်းကပ်ခွင့် ရကြ၏။

# မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်က သံဃာတော်များ

## အရှင်ကောဏ္ဍည

အရှင်ကောဏ္ဍည အလောင်းအလျာသည် **ပဒုမုတ္တရ** မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်၌ **ဟံသာဝတီ**ပြည်ဝယ် သူဌေးမျိုး၌ဖြစ်၍ တစ်နေ့တွင် မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းတော်တစ်ပါးကို ရှေးဦးစွာ တရားရသော အရာ၌ ဧတဒဂ်ဘွဲ့ထူးဖြင့် ချီးမြှင့်သည်ကို တွေ့မြင်ရသဖြင့် အားကျကာ မြတ်စွာဘုရားနှင့်တကွ သံဃာတော်များအား ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး ယာဂုဆွမ်းနှင့် တိစီဝရိတ်သင်္ကန်း လှူဒါန်းပြီးလျှင် “နောင် တစ်ဆူဆူသော ဘုရားရှင် အထံတော်၌ ထိုရဟန်းကဲ့သို့ ရှေးဦးစွာ တရားရမှုတွင် ဧတဒဂ် ရပါလို၏”ဟု ဆုတောင်းခဲ့၏။

**ကောက်ဦးအလှူ** **ဝိပဿီ** မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်၌လည်း **မဟာကာဠ** သူကြွယ်ဖြစ်လာ၍ ကောက်စပါးတစ်ကြိမ် စိုက်ပျိုးလျှင် စပါးနှံ ဖုံးတုန်းလုံးတုန်း အချိန်မှစ၍ ကျီတွင်းသို့ သွင်းသည်အထိ အချိန်အတွင်း၌ ကိုးကြိမ်တိတိ ကောက်ဦးအလှူ လှူလေ့ရှိ၏။

စပါးနှံ ဝတ်ဆံတည်စ နုဆဲဖြစ်သော ဖုံးတုန်းလုံးတုန်း အချိန်၌ **မုန့်ဆန်းဦးအလှူ**၊ စပါးနှံရင့်သောအခါ၌ **ကောက်ဦးအလှူ**၊ စပါးရိတ်သောအခါ၌ **ရိတ်ဦးအလှူ**၊ ကောက်လှိုင်းစည်းသောအခါ၌ **ကောက်လှိုင်းဦးအလှူ**၊ ကောက်လှိုင်းများကို တစ်လှိုင်းနှင့်တစ်လှိုင်း

ဆိုင်၍ပုံသောအခါ **ကောက်ဆိုင်ဦးအလှူ၊** စပါးနယ်သောအခါ၌ **နယ်ဦးအလှူ၊** နယ်ပြီး၍ စပါးစေ့ဖြစ်သောအခါ၌ **စပါးဦးအလှူ၊** စပါးကျီသို့သွင်းရန် ခြင်သောအခါ၌ **ခြင်ဦးအလှူ၊** ကျီသို့သွင်းသောအခါ **ကျီဦးအလှူ** ဤသို့ ကောက်ဦးအလှူ ကိုးမျိုးကို လှူလေ့ရှိ၏။

ယင်းသို့ လှူပြီးလျှင် ကောက်ဦး လှူခြင်းကြောင့် သူတစ်ပါးတို့ထက် ရှေးဦးစွာ တရား ရလိုကြောင်း ဆုတောင်းလေ့ရှိ၏။

**ဗေဒင်ပါရဂူ** ဤသို့ ကောင်းမှု ကုသိုလ်များကိုပြုရင်း လူ့ပြည်၊ နတ်ပြည်တို့၌ ကျင်လည်ပြီးနောက် **ဂေါတမ** ရှင်တော်မြတ်ဘုရား လက်ထက်တော်တွင် ဗေဒင်အရာ ပါရဂူရောက် တတ်မြောက် ကျွမ်းကျင်သော **ကောဏ္ဍည** နွယ်ဖွား **သုဒတ္တပုဏ္ဏား** ဖြစ်လာ၏။ သုဒတ္တပုဏ္ဏားလေးသည် ဖွားခါစ ဘုရားလောင်း **သိဒ္ဓတ္ထ** မင်းသားကလေးကို "ဘုရားစင်စစ် ဧကန်ဖြစ်မည်" ဟု တစ်ခွန်းတည်း အတပ်ဟောခဲ့၏။

**ရသေ့ပြု** **သိဒ္ဓတ္ထ** ဘုရားလောင်း တောထွက်သောအခါ ဘုရားလောင်းအား ဗေဒင်ဟောဘက်ဖြစ်သော ကွယ်လွန်သွားကြပြီ ဖြစ်ကြသည့် ပုဏ္ဏားလေးယောက်၏ သားလေးယောက်ကို အတူခေါ်၍ ရသေ့ပြုပြီးလျှင် **ဥရုဝေလ**တော၌ ဘုရားလောင်း တရားကျင့်နေစဉ် ဘုရားဖြစ်လျှင် တရားဦးနာရန် စောင့်ရင်း ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် ပြုနေခဲ့၏။ သူတို့ကို **ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦး** ဟု ခေါ်ကြ၏။ **ရသေ့ငါးဦးအစု**ဟု သိကြ၏။

အစာမစားဘဲ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကျင့်နေသော ဘုရားလောင်းသည် လက်ရှိ ကျင့်နေဆဲ ဒုက္ကရစရိယအကျင့်ကို မှားမှန်းသိသဖြင့် အစာ အာဟာရကို ပြန်၍ မှီဝဲသောအခါ **သိဒ္ဓတ္ထ** ဘုရားဖြစ်တော့မည် မဟုတ်ဟု အတွေးချော်ကာ ဘုရားလောင်းထံမှ ခွါသွားပြီးလျှင် **ဣသိပတနမိဂဒါဝုန် ဘေးမဲ့တော**၌ အဖေါ်ရသေ့ လေးဦးနှင့်အတူ သွားရောက် နေထိုင်ကြ၏။

**တေဒဂ်ရ** မြတ်စွာဘုရား မိဂဒါဝုန်သို့ ကြွ၍ ဓမ္မစကြာတရား ဟောပြတော်မူသောအခါ ရှေးဦးစွာ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ရ၍ နောင်သောအခါ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားက **ရှေးဦး တရားရမှုတွင် တေဒဂ်** ဘွဲ့ထူးကို ချီးမြှင့် ပေးအပ်တော်မူသည်။

## အရှင်သာရိပုတ္တရာ

**အရှင်သာရိပုတ္တရာ** အလောင်းအလျာသည် **အနောမဒဿီ** မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်၌ သူကြွယ်မျိုးမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာတို့ကို စွန့်လှူ၍ တောထွက်ကာ ရသေ့ပြုနေခဲ့၏။ သူ၏အမည်ကား **သရဘာ** ရသေ့တည်း။ **အနောမဒဿီ** မြတ်စွာဘုရား သူ၏ အထံသို့ ကြွလာသောအခါ သူ၏တပည့် ရသေ့များနှင့်အတူ အမျိုးမျိုးသော သစ်သီးနှင့် ပန်းအခင်းများကို လှူကြ၏။ **အနောမဒဿီ** မြတ်စွာဘုရားက **နိသဘ** မထေရ်ကို လက်ယာတော်ရံအဂ္ဂသာဝက အရာ၌ ထားတော်မူသည်ကို **သရဘာ**ရသေ့ အားကျ၍ **လက်ယာတော်ရံ အဂ္ဂသာဝက**ဆုကို တောင်းခဲ့၏။

**ဥပတိဿ** ထိုဘဝမှစ၍ ကောင်းမှု အမျိုးမျိုးတို့ကို ပြုရင်း လူ့ပြည်၊ နတ်ပြည် ကျင်လည်နေခဲ့ရာမှ **ဂေါတမ** မြတ်စွာဘုရား ပွင့်ဇော်မူသောအခါ **ရာဇဂြိုဟ်** ပြည်နှင့် မဝေးလှသော **နာလန္ဒ**မြို့ အနီးရှိ **ဥပတိဿ**ရွာတွင် **သာရိပုဏ္ဏေးမ**၏ သား ဖြစ်လာ၏။ **ဥပတိဿ** ဟု အမည်တွင်၏။ သူသည် ပွဲလမ်းသဘင် ကြည့်ရှုရာမှ သံဝေဂဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်ရေး အတွက် ဆရာရှာရာ **သိဥ္စည်း** ဆရာကြီးနှင့် တွေ့၍ သူ့ထံ၌ တပည့်ခံလျက် နေခဲ့၏။

**တရားရ** တစ်နေ့တွင် မြတ်စွာဘုရား၏ ပဥ္စဝဂ္ဂီ တပည့် တစ်ဦးဖြစ်သော **အရှင်အဿဇိ**မထေရ် ရာဇဂြိုဟ် မြို့တွင်း၌ ဆွမ်းခံနေသည်ကို တွေ့မြင်ရာ တည်ကြည်ငြိမ်သက်သော ဣန္ဒြေသိက္ခာ အမူအရာ အသွင်အပြင်ကိုကြည့်၍ တရားထူး ရှိသူဟု အကဲခတ်မိသဖြင့် အကျိုးအကြောင်း မေးမြန်းကြည့်လေ၏။ **အရှင်အဿဇိ** က ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်ဖြစ်ကြောင်း၊ မြတ်စွာဘုရား၏ ဝါဒမှာ "လောကကြီးသည် ကြောင်းကျိုး ဖြစ်စဉ်မျှသာ ဖြစ်သည်"ဟူသော ဝါဒဖြစ်ကြောင်း ဟောပြရာ **ဥပတိဿ** တရားသဘောပေါက်ကာ သောတာပန် ဖြစ်သွား၏။

**ရဟန္တာဖြစ်** မကြာမီပင် မိတ်ဆွေဖြစ်သူ **ကောလိတ**နှင့် တပည့်များ ကိုခေါ်ကာ **ဝေဠုဝန်** ကျောင်းတော်သို့သွား၍ မြတ်စွာဘုရားအား ရဟန်းပြုပေးပါရန် လျှောက်ထားသပြင့် **ဟေဘိက္ခု** ရဟန်းအဖြစ်ကို ရလေ၏။ ရဟန်းဖြစ်ပြီးနောက် အထက် မဂ်ဖိုလ်များ အတွက် **သူကရခတ** ခေါ်သည့် **ဝက်တူးလိုဏ်**၌ တရား အားထုတ်ရာ

တူဖြစ်သူ **ဒီဃနခ** ပရိဗိုဇ်အား မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားသော **ဝေဒနာပရိဂ္ဂဟ** တရားကို ကြားနာရ၍ (ရဟန်းဖြစ်အပြီး ၁၅ ရက်အကြာတွင်) အထက်မဂ်သုံးခု ဖိုလ်သုံးခုတို့ကို ရပြီးလျှင် ရဟန္တာဖြစ်လေ၏။

**တေဒဂ်ရ** နောင်သောအခါ မြတ်စွာဘုရားက အရှင်သာရိပုတ္တရာ ဟူသော ဘွဲ့တော်ဖြင့် **လက်ယာတော်ရံ အဂ္ဂသာဝက** အဖြစ် ချီးမြှင့်တော် မူပြီးလျှင် **ပညာအရာ၌ တေဒဂ်** ဘွဲ့ထူးကိုလည်း အပ်နှင်းတော်မူ၏။

## အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်

**အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်** အလောင်းအလျာသည် **အနောမဒဿီ** မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်၌ **သရဘ**ရသေ့ (အရှင်သာရိပုတ္တရာ အလောင်း)၏ မိတ်ဆွေရင်း **သိရိဝဍ္ဍန** သူဌေး ဖြစ်လာ၏။ **သရဘ** ရသေ့၏ တိုက်တွန်းချက်ကို နှစ်ခြိုက်သဘောကျ၍ **အနောမဒဿီ** မြတ်စွာဘုရားကို သံဃာတော်များနှင့် တကွ ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး ဆွမ်း ခဲဖွယ် ဘောဇဉ်များ၊ အဝတ်သင်္ကန်း များကို မြောက်မြားစွာ လှူဒါန်းပြီးလျှင် ဒုတိယ အဂ္ဂသာဝကဆုကို တောင်းခဲ့၏။

**ကောလိတ** ထိုအချိန်မှစ၍ လူ့ပြည် နတ်ပြည် ကျင်လည်နေခဲ့ပြီးနောက် **ဂေါတမ** မြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မူသော အခါ **ကောလိတ** ရွာတွင် ကြွယ်ဝသော **မောဂ္ဂလိ ပုဏ္ဏေးမကြီး**၏ သား **ကောလိတ** ဖြစ်လာသည်။ **ဥပတိဿ** နှင့် အလွန် ခင်မင်သော မိတ်ရင်းဆွေရင်းများ ဖြစ်ကြ၍ သွားအတူ လာအတူ စားအတူ

နေကြ၏။ **ဥပတိဿ** ကဲ့သို့ပင် ပွဲကြည့်ရင်း သံဝေဂဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်၍ **ဥပတိဿ**နှင့်အတူ **သိဥ္စည်း** ဆရာကြီးထံ တပည့်ခံ၍ နေခဲ့၏။

**တရားရ** **ဥပတိဿ**သည် **ရာဇဂြိုဟ်**မြို့တွင်း၌ **အရှင်အဿဇိ**နှင့် တွေ့၍ တရားထူး ရပြီးနောက် **သိဥ္စည်း**ကြီး၏ ကျောင်းအရာမ်သို့ ပြန်လာပြီးလျှင် မိတ်ဆွေ **ကောလိတ**အား မိမိသိခဲ့ရသော တရားထူးကို ပြန်လည် ဟောပြရာ **ကောလိတ**လည်း သောတာပန် ဖြစ်သွား၏။

**ရဟန္တာဖြစ်** ထို့နောက် မကြာမီပင် တပည့်တို့ကို ခေါ်ကာ သူငယ်ချင်း နှစ်ယောက် မြတ်စွာဘုရား အထံ တော်သို့ သွားရောက်၍ ရဟန်းပြုကြပြီးလျှင် **အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်**သည် **မဂဓ**တိုင်းအတွင်းရှိ **ကလ္လဝါလပုတ္တရွာ** အနီး တောထဲ၌ အထက် မဂ်ဉာဏ်များအတွက် အားထုတ်ရာ စကြံ့ အလျှောက်များ၍ ခုနစ်ရက် မြောက်၌ ထိနမိဒ္ဓ ဖိစီးနှိပ်စက်သဖြင့် ငိုက်မြည်းလျက်နေ၏။ သူ၏ အခြေအနေကို မြတ်စွာဘုရား သိတော်မူ၍ ကြွရောက်ကာ အငိုက်ဖြေတရား **ပစလာယမာနသုတ်** ကို ဟောကြားမှပင် အငိုက် ပြေကာ တရား အဆင့်ဆင့် တက်၍ ရဟန္တာ ဖြစ်သွား၏။

**တေဒဂ်ရ** နောင်သောအခါ **အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်**ဟူသော ဘွဲ့တော်ဖြင့် အလွန် ထင်ရှားသော **လက်ဝဲတော်ရံ အဂ္ဂသာဝက** ဖြစ်လာပြီးလျှင် **တန်ခိုးအရာ၌ တေဒဂ်** ရတော်မူသည်။

## အရှင်အာနန္ဒာ

**အရှင်အာနန္ဒာ**၏ အလောင်းအလျာသည် **ပဒုမုတ္တ**ရာဘုရားရှင် လက်ထက်တော်၌ **နန္ဒမင်းကြီး**၏ သားတော်ဖြစ်၍ မြတ်စွာဘုရား၏ အလုပ်အကျွေးဖြစ်သော **သုမနထေရ်**ကို အားကျကာ မြတ်စွာဘုရားနှင့် သံဃာတော်များကို မိမိ၏ သစ်တပ်၌ ဆွမ်း ဆက်ကပ်လှူဒါန်း၏။ ထိုမှုနှင့် အားမရသေးဘဲ မိမိနေရာ မြို့သို့ ပင့်ဆောင်၍ တစ်သိန်းတန် ဥယျာဉ်အတွင်း၌ တစ်သိန်းတန် ကျောင်းကြီးကို ဆောက်လုပ် လှူဒါန်း၏။ မြတ်စွာဘုရားနှင့် သံဃာတော်များကို သူမတူသော အလှူကြီး ပေးလှူ၍ တစ်ဝါတွင်းလုံးလည်း ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် လုပ်ကျွေးပြုစု လှူဒါန်း၏။

ဝါကျွတ်ခါနီး ခုနစ်ရက်ပတ်လုံးလည်း အကြီးအကျယ် အလှူကြီး ပေးလှူပြန်၏။ ခုနစ်ရက် မြောက်သောနေ့၌ မြတ်စွာဘုရား နှင့် သံဃာတော်များအား တိစီဝရိက် သင်္ကန်းများကို လှူဒါန်းပြီးလျှင် "တပည့်တော် ပြုပြုသမျှ ကုသိုလ် အစုစုကြောင့် တစ်ဆူဆူသော ဘုရားရှင်၏ အထံ၌ အရှင်သုမနထေရ် ကဲ့သို့ ရင်းနှီး ကျွမ်းဝင်သော အလုပ်အကျွေးမထေရ် ဖြစ်ရပါလို၏"ဟု ဆုတောင်းခဲ့၏။

ထိုအချိန်မှ စ၍ လူ့ရပ် နတ်ရွာ ကြိမ်ဖန်များစွာ ကျင်လည် ပြီးနောက် **ဂေါတမ**မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်တွင် **ကပိလဝတ်** ပြည်၌ **အမိတ္တောဒန** သာကီဝင်မင်း၏ သား ဖြစ်လာ၏။ **အာနန္ဒာ**ဟု အမည်တွင်၏။ မြတ်စွာဘုရား ပထမဆုံးအကြိမ် **ကပိလဝတ်သို့** ကြွတော်မူသောအခါ၌ မြတ်စွာဘုရားကို သာကီဝင်မင်းမျိုး ရဟန်းတော်များ ခြံရံနိုင်ရန် ရဟန်းပြုကြသော **ဘဒ္ဒိယ**၊ **ဒေဝဒတ္တ**၊

**ကိမိလ၊ ဘဂု၊ အနုရုဒ္ဓ** တို့နှင့်အတူ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ ရဟန်းပြုပြီးနောက် **မန္တာဏီ** ပုဏ္ဏေးမ၏သား **အရှင်ပုဏ္ဏ**ထေရ်၏ တရားကိုကြားနာရ၍ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ကို ရတော်မူ၏။

**အလုပ်အကျွေး** မြတ်စွာဘုရား ဝါတော် နှစ်ဆယ်ကျော်တွင် အလုပ်အကျွေး ရဟန်းတော် ရွေးချယ်တော်မူသောအခါ **အရှင်အာနန္ဒာ** အရွေးခံရ၏။ အရှင်အာနန္ဒာသည် မြတ်စွာဘုရားကို နေ့ညမပြတ် ဝတ္တရား မချွတ်ယွင်းရအောင် သဒ္ဓါ မေတ္တာ စေတနာ အရင်းခံ၍ ပြုစု လုပ်ကျွေး၏။

**ပထမသံဂါယနာ** သို့သော်လည်း မြတ်စွာဘုရား ဝါတော် ၄၅ ဝါ ရ၍ ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူပြီးသည်အထိ အရှင်အာနန္ဒာ အထက်မဂ်ဖိုလ်များကို မရသေး။ ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူပြီး သုံးလအကြာ **အရှင်မဟာကဿပ** ဦးဆောင်၍ **ပထမသံဂါယနာ** တင်ရန် စီစဉ်ကြသည့်အခါ သံဂါယနာ အကြိုနေ့ ညကျမှသာ အထက်မဂ်ဖိုလ် အားလုံးကို ရ၍ ရဟန္တာ ဖြစ်သွား၏။

**ရဟန္တာဖြစ်ပုံထူးဆန်း** **အရှင်အာနန္ဒာ** အထက်မဂ်ဖိုလ်များကို ရပုံမှာလည်း အံ့ဘနန်း ဖြစ်၏။ အရှင်မြတ်သည် စင်္ကြံလျှောက်လျက် ရှုမှတ် အားထုတ်နေရာမှ ခဏ အနားယူရန် ရှုမှတ်မှုဖြင့် ညောင်စောင်းပေါ်၌ ထိုင်နေရာမှ ရှုမှတ်မှုဖြင့်ပင် ခေါင်းအုံးပေါ်သို့ တစ်ဖြည်းဖြည်း လှဲချလိုက်ရာ မြေကြီး၌ ထိထားသောခြေ မြေမှကြွခါစ ခေါင်းအုံးသို့ ဦးခေါင်းတော် မကျမီ

အထက် မင်္ဂသုံးဆင့် ဖိုလ်သုံးဆင့်ကို ရတော်မူလေသည်။ ထို့ကြောင့် သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်း ဣရိယာပုထ် လေးပါးမှလွတ်လျက် ရဟန္တာ ဖြစ်သည်မှာ အရှင်အာနန္ဒာ တစ်ပါးတည်းသာရှိကြောင်း သိမှတ်ကြရ၏။

**ဧတဒဂ်ရ** မြတ်စွာဘုရားက **အရှင်အာနန္ဒာအား အလုပ်အကျွေး** **ဧတဒဂ်** ဘွဲ့ထူးအပြင် **သတိမန္တ၊ ဂတိမန္တ၊ ဓိတိမန္တ၊ ဗဟုသုတ** ဧတဒဂ် ဘွဲ့ထူးများဖြင့်လည်း ချီးမြှင့်တော်မူခဲ့၏။

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်၌ အရိယာ သံဃာတော်ပေါင်း မြောက်များစွာ ရှိသော်လည်း စာမျက်နှာကို ငဲ့၍ အများသိပြီး ဖြစ်ကြသော ဤအရှင်မြတ်ကြီး လေးပါး၏ အကြောင်းအရာ အကျဉ်းချုပ်ကိုသာ သံဃာတော်၏ သဘာဝကို သိသာရုံမျှ ဖော်ပြပါသည်။

## သံဃာ့ဂုဏ်တော် ၉ ပါး

၁။ **သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော**
၂။ **ဥဇုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော**
၃။ **ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော**
၄။ **သာမီစိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော**
**ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ အဋ္ဌ ပုရိသပုဂ္ဂလာ**
**ဧသ ဘဂဝတော သာဝကသံဃော –**
၅။ **အာဟုနေယျော၊**

၆။ **ပါဟုနေယျော**

၇။ **ဒက္ခိဏေယျော**

၈။ **အဉ္ဇလီကရဏီယော**

၉။ **အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ။**

**ဘဂဝတော သာဝကသံဃော** = ရွှေဘုန်းတော်သခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ တပည့်သားမော် အရိယာ သံဃာတော်သည် –

၁။ **သုပ္ပဋိပန္နော** = ကိလေသာငြိမ်းကြောင်း ကောင်းစွာ ကျင့်ကြံတော်မူပါပေ၏။

၂။ **ဥဇုပ္ပဋိပန္နော** = သာဌေ မာယာ ကင်းစင်ကွာ၍ ဖြောင့်စွာ ကျင့်ကြံတော်မူပါပေ၏။

၃။ **ဉာယပ္ပဋိပန္နော** = နိဗ္ဗာန်အကျိုး မျှော်ကိုးရည်သန် ကျင့်ကြံတော်မူပါပေ၏။

၄။ **သာမီစိပ္ပဋိပန္နော** = မဂ္ဂင်ရှစ်ရပ် အကျင့်မြတ်ကြောင့် တုပ်ဝပ်ရိုသေ လျော်ကန်အောင် ကျင့်ကြံတော်မူပါပေ၏။

**ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ အဋ္ဌ ပုရိသပုဂ္ဂလာ ဧသ ဘဂဝတော သာဝကသံဃော** = အစုံလေးပါး သီးခြား ရှစ်ဖော် မြတ်ဘုရား၏ တပည့်သားမော် အရိယာ သံဃာတော်သည်–

၅။ **အာဟုနေယျော** = အဝေးမှ ဆောင်ယူ ပစ္စည်းကိုမူလည်း ပေးလှူခြင်းငှာ ထိုက်တော်မူပါပေ၏။

၆။ **ပါဟုနေယျော** = ဧည့်သည်ဖို့ရာ ရည်ကာစောင်ထား ပစ္စည်းများ ပင် စိတ်ထားစင်ဖြူ ပေးလှူခြင်းငှာ ထိုက်တော်မူပါပေ၏။

၇။ **ဒက္ခိဏေယျော** = တမလွန်စခန်း ကောင်းဖို့မှန်း၍ လှူဒါန်း ခြင်းငှာ ထိုက်တော်မူပါပေ၏။

၈။ **အဉ္ဇလိကရဏီယော** = ရိုသေမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးခြင်းငှာ ထိုက်တော်မူပါပေ၏။

၉။ **အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ** = နတ်လူအများ ကောင်းမှုပွားဖို့ ကြဲထားပျိုးချ တုမရသည့် ကောင်းလှ လယ်မြေ ယာမြေပမာ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။

ဤသို့လျှင် **သုပ္ပဋိပန္န** စသည်အပြား ဂုဏ်ကိုးပါးနှင့် ထူးခြားကုံလုံ ပြည့်စုံတော်မူသော အရိယာရှစ်ဖော် သံဃာတော်နှင့် အရိယာနွယ်ဝင် သမ္မုတိထေရ်အရှင် တို့ကို တပည့်တော်သည် ကြည်ညိုမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုး ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

## အခန်း (၅)

## သရဏဂုံ

ပါဠိဘာသာ **သရဏဂမန**ကို မြန်မာလို **သရဏဂုံ**ဟု ခေါ်သည်။

**သရဏ**=ကိုးကွယ်ရာ၊ အားကိုးရာ၊ အားထားရာ။

**ဂမန**=ယုံကြည်ဆည်းကပ်ခြင်း။

မြတ်စွာဘုရားသည် အားကိုးရာ **သရဏ**။

မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်သည် အားကိုးရာ **သရဏ**။

သံဃာတော်အပေါင်းသည် အားကိုးရာ **သရဏ**။

လူတို့က အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ်ခြင်းသည် **ဂမန=ဂုံ**။

ထို့ကြောင့် ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ်ခြင်းကို **သရဏ ဂမန= သရဏဂုံ သုံးပါး**ဟု ခေါ်သည်။

၁။ မြတ်စွာဘုရားကို အားကိုးရာယူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ်လျှင် **ဗုဒ္ဓသရဏဂုံ** တည်သည်။

၂။ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ်လျှင် **ဓမ္မသရဏဂုံ** တည်သည်။

၃။ သံဃာတော်အပေါင်းကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ်လျှင် **သံဃသရဏဂုံ** တည်သည်။

သရဏဂုံ တည်သူသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်၊ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင် ဖြစ်သည်။

**ဆောင်ပုဒ်**

**ရတနာသုံးဖြာ၊ အားကိုးရာဟု၊ ဆည်းကပ်ပြု၊ ခေါ်မူ သရဏဂုံ။**
**သရဏဂုံသုံးပါး၊ တည်သူများ၊ ရဗြားချမ်းသာစုံ။**

## သရဏဂုံ ခံယူပုံ ၄ မျိုး

သရဏဂုံ ခံယူရာ၌ ခံယူပုံ အခြင်းအရာ ၄ မျိုးရှိ၏။ ထို ၄ မျိုးကိုပင် သရဏဂုံ ၄ မျိုးဟု ခေါ်ဝေါ်ကြ၏။ ယင်း ၄ မျိုးမှာ—

၁။ အတ္တသန္နိယျာတန သရဏဂုံ
၂။ တပ္ပရာယဏတာ သရဏဂုံ
၃။ သိဿဘာဝူပဂမန သရဏဂုံ
၄။ ပဏိပါတ သရဏဂုံ

၁။ ရတနာသုံးပါးကို အာရုံပြုလျက် "ယနေ့မှ အစပြု၍ ငါသည် ငါ၏ကိုယ်ကို ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးအား အပ်နှင်းပါ၏"ဟု **မိမိကိုယ်ကို ရတနာသုံးပါးအား စွန့်လွှတ် အပ်နှင်းခြင်းကို အတ္တသန္နိယျာတနာ သရဏဂုံ** ဟုခေါ်သည်။

၂။ "ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို သာလျှင် အားကိုးပါ၏၊ အားထားပါ၏။ ကိုးကွယ်ပါ၏။ လည်းလျောင်းပါ၏"ဟု **ရတနာသုံးပါးကိုသာ အားကိုး အားထားခြင်း၊ ကိုးကွယ်လည်းလျောင်းခြင်းကို တပ္ပရာယဏတာ သရဏဂုံ** ဟုခေါ်သည်။

၃။ "ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါး၏ အနီးနေတပည့် ဖြစ်သည်"ဟု **ရတနာသုံးပါး၏ တပည့်အဖြစ် ကပ်ရောက်ခြင်း၊ ခံယူခြင်းကို သိဿဘာဝူပဂမန သရဏဂုံ** ဟုခေါ်သည်။

၄။ "ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ် သုံးပါးကိုသာလျှင် ရှိခိုးခြင်း၊ ခရီးဦးကြိုခြင်း၊ လက်အုပ်ချီခြင်း၊ အရိုအသေပြုခြင်း အမှုတို့ကို ပြုပါ၏"ဟု **ရတနာသုံးပါး၌ အထွတ်အမြတ်အဖြစ်ဖြင့် လွန်စွာ ရိုသေပျပ်ဝပ်ခြင်းကို ပဏိပါတ သရဏဂုံ** ဟုခေါ်သည်။

ဤကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ပုံ လေးမျိုးတွင် တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် အားကိုးအားထားရာအဖြစ် ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်လျှင် သရဏဂုံ ခံယူမှုကိစ္စ ပြီးမြောက်သည်။ **(သီလက္ခန္ဓဝဂ္ဂအဋ္ဌကထာ၊ စာ ၂၀၆-၇)**

**ရှိခိုးတိုင်း သရဏဂုံမဖြစ်** မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို ရှိခိုးတိုင်း သရဏဂုံ မဖြစ်။ ယုံကြည် ဆည်းကပ်မှု မဟုတ်။

သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်တရားတို့နှင့် ပြည့်စုံ၍ မြင့်မြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ်ဖြင့် ရှိခိုးမှသာ သရဏဂုံဖြစ်သည်။ ယုံကြည် ဆည်းကပ်မှု ဖြစ်သည်။

၁။ ဆွေမျိုးဖြစ်၍ ရှိခိုးခြင်း

၂။ ကြောက်၍ ရှိခိုးခြင်း

၃။ ဆရာဖြစ်၍ ရှိခိုးခြင်း

ဤ ရှိခိုးခြင်းများသည် သရဏဂုံမဖြစ်။ မြတ်စွာဘုရားကိုပင် ဆွေမျိုးဖြစ်၍ ရှိခိုးလျှင် သရဏဂုံ မဖြစ်ပေ။ (ဒီ-ဋ ၁၊ ၂၀၇)

ဆောင်ပုဒ်

**ဆွေမျိုးအဖြစ်၊ ရှိခိုးလစ်၊ မဖြစ်သရဏဂုံ။**

**ကြောက်ရသူအဖြစ်၊ ရှိခိုးလစ်၊ မဖြစ်သရဏဂုံ။**

**ဆရာအဖြစ်၊ ရှိခိုးလစ်၊ မဖြစ်သရဏဂုံ။**

**ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်ဟူ၊ ရှိခိုးမူ၊ ရယူ သရဏဂုံ။**

**သရဏဂုံတည်က၊ ပါယ်လေးဝ၊ လားရမရှိကုန်။**

**ရှိခိုးသော်လည်း သရဏဂုံမပျက်** ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်သဖြင့် သရဏဂုံ တည်နေသော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ယောက်သည် တစ်ခြားဘာသာမှ ဘုရားဆိုသူများ၊ ဘုန်းကြီးဆိုသူများကို ဆွေမျိုးဖြစ်ခြင်း၊ ဆရာဖြစ်ခြင်းကြောင့် ရှိခိုးသော်လည်း တည်ပြီးသား သရဏဂုံ မပျက်။ မြင့်မြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ဟု ယူဆ၍ ရှိခိုးမှသာ သရဏဂုံ ပျက်သည်။ (ဒီ-ဋ ၁၊ ၂၀၇)

## သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းခြင်း ၄ မျိုး

၁။ ရတနာသုံးပါး၏ ဂုဏ်ကို မသိလျှင် ဖြစ်စေ၊
၂။ အသိမှားလျှင် ဖြစ်စေ၊
၃။ ယုံမှား သံသယ ရှိလျှင် ဖြစ်စေ၊
၄။ ရတနာသုံးပါးကို မရိုသေလျှင် ဖြစ်စေ သရဏဂုံ ညစ်နွမ်း၏။ သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းလျှင် ကြီးကျယ် ဖွံ့ဖြိုးသော ကောင်းကျိုးကို မရနိုင်ပေ။ (ဒီ-ဋ ၁၊ ၂၀၉)

## ဆောင်ပုဒ်

ရတနာ့ဂုဏ်ရည်၊ မသိပြီ၊ ညစ်သည် သရဏဂုံ။
ရတနာ့ဂုဏ်ရည်၊ သိမှားပြီ၊ ညစ်သည် သရဏဂုံ။
ရတနာ့ဂုဏ်ရည်၊ ယုံမှားပြီ၊ ညစ်သည် သရဏဂုံ။
ရတနာသုံးထွေ၊ မရိုသေ၊ ညစ်လေ သရဏဂုံ။

## သရဏဂုံ ပျက်ပုံ ၂ မျိုး

တစ်စုံတစ်ယောက်၏ သန္တာန်၌ တည်နေသော သရဏဂုံသည်–

၁။ တခြား ဘာသာ အယူဝါဒကို ယုံကြည် ကိုးကွယ်သောကြောင့် ဖြစ်စေ၊

၂။ သေဆုံးသောကြောင့် ဖြစ်စေ ပျက်စီး၏။

အယူဝါဒတစ်ပါး ပြောင်းသွားကိုးကွယ်၍ သရဏဂုံ ပျက်စီးလျှင် ဒိဋ္ဌိတဏှာ စသော ကိလေသာ ပွါး၍ အပြစ်များ၏။ သေဆုံးသောကြောင့် သရဏဂုံ ပျက်စီးလျှင် မည်သည့် အပြစ်မျှ မရှိပေ။ (ခုဒ္ဒကပါဌ–ဋ္ဌ၊ ၇)

**ဆောင်ပုဒ်**

**ဘာသာတပါး၊ ကိုးကွယ်ငြား၊ ပျက်ပြား သရဏဂုံ။**
**သေဆုံးလေငြား၊ ထိုသူ့အား၊ ပျက်ပြား သရဏဂုံ။**

**သရဏဂုံ မတည်နိုင်သူ** သရဏဂုံ တည်နေသူသည် တခြား ဘာသာကို ပြောင်းလဲ ကိုးကွယ်မှု မပြုသမျှ မသေမချင်း သူ့သန္တာန်၌ သရဏဂုံ တည်နေ၏။ သေလျှင်ကား သရဏဂုံ ပျက်သွားပေပြီ။ သေပြီးနောက် စိတ်မရှိတော့သော ဥတုဇ ရုပ်အလောင်း၌မူ သရဏဂုံ မတည်နိုင်ပေ။ စိတ်သည်လည်း ဥတုဇ ရုပ်ကြွင်းအနီး၌ မရှိတော့ဘဲ နောက်တစ်ဘဝ၌ ဖြစ်ပျက် အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်လျက် နေလေပြီ။

**သရဏဂုံ နှစ်မျိုး** ပုထုဇဉ် ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သန္တာန်၌ ယုံကြည်ဆည်းကပ်မှုဖြင့် တည်သော **လောကီသရဏဂုံ၊** အရိယာတို့၏ သန္တာန်၌ မဂ်ဉာဏ်နှင့် အတူတကွ ဖြစ်တည်လာသော **လောကုတ္တရာ သရဏဂုံ** ဟု ၂ မျိုး ရှိ၏။ လောကီ သရဏဂုံသည် ညစ်လည်း ညစ်နွမ်းနိုင်၏။ ပျက်လည်း ပျက်စီးနိုင်၏။ လောကုတ္တရာ သရဏဂုံသည် ညစ်လည်း မညစ်နွမ်း၊ ပျက်လည်း မပျက်စီးပေ။
**(ခုဒ္ဒကပါဠိ-ဋ ၇)**

**သရဏဂုံ၏ အကျိုး** သရဏဂုံတည်လျှင် ဘဝကောင်း ဘဝမွန်တွေကိုရခြင်း၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပြည့်စုံခြင်းမှ စ၍ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းသည်အထိ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို ရရှိနိုင်၏။

## နတ်ဖြစ်ရသော တံငါသည်

ရှေးက သီဟိုဠ်ကျွန်း၌ **မဟာအင်္ဂဏ** ရွာတွင် **တမိလ်** လူမျိုး တံငါသည် တစ်ယောက် ရှိ၏။ သူသည် နှစ်ပေါင်း ငါးဆယ်တိုင်တိုင် တံငါလုပ်ငန်းဖြင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပြီးနောက် အိုမင်းမစွမ်း ဖြစ်သောအခါ ရောဂါ နှိပ်စက်၍ အိပ်ရာထက်၌ လဲလျောင်းနေရ၏။

ရဟန်းတော်တစ်ပါးသည် ထို တံငါသည်နှင့် သိကျွမ်းသဖြင့် သေခါနီး တံငါသည်မှာ အနည်းငယ်မျှပင် ထောက်တည်ရာ ရစေတော့ ဆိုသော သဘောဖြင့် သူ့အိမ်သို့ ကြွသွား၏။ အိမ်သို့ ရောက်သောအခါ လူမမာ တံငါသည်ကို သရဏဂုံ ဆောက်တည်စေ၏။ တံငါသည် သည် သေဘေးကို ကြောက်သဖြင့် သရဏဂုံကို လိုလိုလားလား

ခံယူ ဆောက်တည်၏။ ရဟန်းတော်က ဆက်လက်၍ ငါးပါးသီလ ပိုင်ပေးသောအခါ လူမမာမှာ မေးခိုင်သွား၍ လိုက်မဆိုနိုင်တော့ပေ။

ရဟန်းတော်က သင့်လောက်ပြီဟုဆိုကာ ကျောင်းသို့ ပြန်ကြွ သွား၏။ မကြာမီပင် တံငါသည် ကွယ်လွန်၍ စတုမဟာရာဇ် နတ်ပြည်၌ နတ်စည်းစိမ် ချမ်းသာကို ခံစားရ၏။

ဤ တံငါသည် နှစ်ပေါင်း ငါးဆယ် ပြုလုပ်ခဲ့သော ပါဏာတိ ပါတ (အာစိဏ္ဏကံ) အကုသိုလ်ကို သေခါနီးမှ ပြုရသော (အာသန္နကံ) သရဏဂုံ ကုသိုလ်က တားမြစ်လိုက်ကာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို ပေးခြင်းဖြစ်သည် **(အံ-ဋ္ဌ ၂၊၁၀၇)**။ သို့သော် သရဏဂုံကုသိုလ်၏ အစွမ်းသတ္တိ ကုန်ဆုံးသောအခါ ထိုသူ၏ ပါဏာတိပါတကံ အကျိုးပေးခွင့် ရလာနိုင်ပေသည်။

## ၇ နှစ်သား ရဟန်းကလေး

**ဝိပဿီ** မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါက ဆင်းရဲသော သူငယ်တစ်ယောက်သည် မျက်မမြင် မိဘနှစ်ပါးကို ရိုသေစွာ လုပ်ကျွေးပြုစုလျက် နေ၏။ ဆင်းရဲလှသဖြင့် ဒါန စသော ကုသိုလ်များကို မပြုနိုင်ဘဲ အဂ္ဂသာဝကတစ်ပါး ဖြစ်သော **နိသဘမထေရ်** ထံ၌ သရဏဂုံကိုသာ ခံယူ ဆောက်တည်လျက် အသက်ထက်ဆုံး နေထိုင်ခဲ့၏။ ထိုသူငယ် ကွယ်လွန်သောအခါ နတ်ပြည်၌ ဖြစ်ရ၏။

နောက်နောင် ဘဝများတွင်လည်း လူ့ချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာ ဒိသာ လှည့်လည် ခံစားရပြီးနောက် ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား

ပွင့်တော်မူသော အခါ၌ **သာဝတ္ထိ**ပြည်တွင် သူဌေးသား ဖြစ်လာ၏။ ပါရမီဓာတ်ခံ ပြည့်သူဖြစ်၍ အဖေါ် ကလေးများနှင့်အတူ **ဇေတဝန်** ကျောင်းတော်သို့ သွားရခြင်းကို အလွန် နှစ်သက်၏။

**ရဟန္တာဖြစ်ပြီ** တစ်နေ့တွင် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်သို့ သွားကြရာ ရဟန်းတော် တစ်ပါးက ကလေးများကို သရဏဂုံ ခံယူ ဆောက်တည်စေ၏။ သရဏဂုံ ဆောက်တည်ပြီးနောက် အဆိုပါ ကလေးငယ်သည် ရှေးဘဝက မိမိ တစ်သက်လုံး သရဏဂုံ တည်ခဲ့သည်ကို ပြန်လည် သတိရ ဆင်ခြင်မိ၍ နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်ခြင်း ပီတိတွေ အတိုင်းမသိ ဖြစ်ပေါ်လေ၏။ ထိုပီတိကို ဝိပဿနာ ရှုသောအခါ ခဏချင်းပင် ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ရင့်ကျက်၍ အရဟတ္တ မဂ်ဉာဏ်၊ အရဟတ္တ ဖိုလ်ဉာဏ် အထိ ရရှိပြီးလျှင် ရဟန္တာ အဖြစ်သို့ ရောက်ကာ ကိလေသာဆင်းရဲ လုံးဝ ငြိမ်းစဲလေတော့၏။

**(အပ–ဌ ၂၊ ၃၉)**

သာသနာတော်၌ အသက် ၂၀ ပြည့်မှ ရဟန်းပြုခွင့် ရှိသော်လည်း ဤ ရဟန္တာကလေးကိုမူ မြတ်စွာဘုရားသည် အသက် ၇ နှစ်မှာပင် ရဟန်း ပြုပေးလေသည်။

သရဏဂုံတည်ခြင်း၏ အကျိုးတရားကား ကြီးမားလှ၏။

## သရဏဂုံ အမှားများ

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးမှ တစ်ပါး တခြား တရား၊ တခြား အရာကို မိမိတို့ ဆင်းရဲကို ငြိမ်းပေးနိုင်သည်ဟု ထင်မှတ်ကာ အားကိုးရာ အနေဖြင့် ယုံကြည် ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်လျှင် မှားယွင်းသော ယုံကြည် အားကိုးမှု၊ မှားယွင်းသော ကိုးကွယ်မှုသာ ဖြစ်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုတရား ထိုအရာတို့၌ ဆင်းရဲ ငြိမ်းကြောင်း အကျင့်ကောင်း အကျင့်မှန် မရှိသောကြောင့်ပင်။

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါက **အဂ္ဂိဒတ္တ** ရသေ့ကြီးနှင့် တပည့် တစ်သောင်းတို့သည် သစ်ပင်၊ တော၊ တောင်၊ သစ်သီး ဥယျာဉ်၊ ပန်းဥယျာဉ်၊ နတ်ကွန်းတွေကို ကိုးကွယ်နေကြ၏။

မြတ်စွာဘုရားက သူတို့ ကိုးကွယ်နေကြသည်မှာ မှားယွင်းသော ကိုးကွယ်မှုတွေ ဖြစ်ကြောင်း၊ ဆင်းရဲကို မငြိမ်းစေနိုင်ကြောင်း၊ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှသာလျှင် မဂ္ဂင်ရှစ်တန် အကျင့်မှန်ကို ကျင့်ကြံအားထုတ်ခွင့် ရသဖြင့် သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို သိ၍ ဆင်းရဲ ငြိမ်းစေနိုင်ကြောင်း ဟောကြားလျက် လမ်းမှန်ကို ပြပေးရ၏။ ထိုအခါမှပင် အဂ္ဂိဒတ္တနှင့် တပည့်အားလုံး အသိမှန် အမြင်မှန်ရကာ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားကြ၏။ **(ဓမ္မ-ဋ္ဌ ၂၊ ၁၅၉)**

**အမှန်အမှား ဝေဖန်နည်း** မြတ်စွာဘုရား သက်တော် ၈၀ပြည့်သည့် ည ပရိနိဗ္ဗာန် စံခါနီး၌ ကုသိနာရုံပြည် အင်ကြင်းဥယျာဉ်ကြီး အတွင်းဝယ် ကိုးကွယ်ရာ ဘာသာအယူဝါဒ အမှား အမှန် ဝေဖန် ရွေးချယ်နိုင်ရန် **သုဘဒ္ဒပရိဗိုဇ်**အား အောက်ပါ သဘောတရားကို ဟောကြားတော်မူခဲ့၏။

၁။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ကျင့်စဉ်ပါသော ဘာသာ အယူဝါဒ သည် သာလျှင် ကိလေသာကို ငြိမ်းစေ၏။ ကိလေသာငြိမ်းမှ ဆင်းရဲငြိမ်း၏။ ဆင်းရဲကိုငြိမ်းစေမှ မှန်ကန်သော ဘာသာ အယူဝါဒ၊ မှန်ကန်သော ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်၏။

၂။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ကျင့်စဉ်မပါသော ဘာသာ အယူဝါဒသည် ကိလေသာကို မငြိမ်းစေနိုင်။ ထို့ကြောင့် ဆင်းရဲကို မငြိမ်းစေနိုင်သဖြင့် မှန်ကန်သော ဘာသာအယူဝါဒ မဟုတ်၊ မှန်ကန်သော ကိုးကွယ်ရာ မဟုတ်။

ထို့ကြောင့် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို အားထား ကိုးကွယ်ရာ **သရဏ= ဘာသာအယူဝါဒမှန်** မှန်မမှန် ခွဲခြား ဝေဖန်ရန် **ဘာသာရေးစံ၊ သာသနာရေး မှတ်ကျောက်**အဖြစ် မှတ်ယူသင့်ပေသည်။

## အကျင့်လမ်းမှန် မဂ္ဂင်ရှစ်တန်

၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ= မှန်စွာ သိမြင်မှု

၂။ သမ္မာသင်္ကပ္ပ= မှန်စွာ ကြံစည်မှု **ပညာမဂ္ဂင် ၂ ပါး**

၃။ သမ္မာဝါစာ= မှန်စွာ ပြောဆိုမှု

၄။ သမ္မာကမ္မန္တ= မှန်စွာ ပြုလုပ်မှု

၅။ သမ္မာအာဇီဝ= မှန်စွာ အသက်မွေးမှု **သီလမဂ္ဂင် ၃ ပါး**

၆။ သမ္မာဝါယာမ= မှန်စွာ ကြိုးစားအားထုတ်မှု

၇။ သမ္မာသတိ= မှန်စွာ သတိရမှု

၈။ သမ္မာသမာဓိ= မှန်စွာ စူးစိုက်တည်ငြိမ်မှု **သမာဓိမဂ္ဂင် ၃ ပါး**

# ဆောင်ပုဒ်

## ဘာသာဝါဒ ရွေးချယ်ကြ

ဘာသာဝါဒ၊ ရွေးချယ်ကြ၊ မှန်မှ ကျိုးများသည်။
အယူဝါဒ၊ မှားယွင်းက၊ မုချ ကျိုးနည်းမည်။
အမှား အမှန်၊ ရွေးချယ်ရန်၊ စံမှန် ရှိရမည်။
မှတ်ကျောက်မှာတင်၊ စံမှာယှဉ်၊ ရွေးလျှင် မမှားပြီ။

## မှတ်ကျောက်နှင့် စံ

မဂ္ဂင်ရှစ်တန်၊ စံကောင်းမှန်၊ တင်ရန် မှတ်ကျောက် ဖြစ်ပေသည်။
ရှစ်ဖြာမဂ္ဂင်၊ ဘောင်မဝင်၊ ကျင့်စဉ် မှားလှသည်။
ရှစ်ဖြာမဂ္ဂင်၊ ဘောင်၌ဝင်၊ ကျင့်စဉ် မှန်လှသည်။
ကျင့်စဉ်မှန်မှ၊ ယူဝါဒ၊ ဒုက္ခ ငြိမ်းစေသည်။
ဒုက္ခငြိမ်းမှ၊ ထိုဝါဒ၊ မုချ စစ်မှန်သည်။

## ဆင်းရဲ ငြိမ်းသူ နှင့် မငြိမ်းသူ

မဂ္ဂင်ရှစ်တွေ၊ ကျင့်သူတွေ၊ ကိလေငြိမ်းကြသည်။
ကိလေငြိမ်းမှ၊ ဝဋ်ဒုက္ခ၊ မုချ ငြိမ်းပေသည်။
မဂ္ဂင်ရှစ်တွေ၊ မကျင့်ပေ၊ ကိလေ မငြိမ်းပြီ။
ကိလေမငြိမ်း၊ ဆင်းရဲကိန်း၊ အေးငြိမ်းချမ်းသာ မရှိပြီ။
ချမ်းသာမဆောင်၊ တရားယောင်၊ ဝေးအောင် ရှောင်ရမည်။

## စစ်မှန်သော ဘာသာဝါဒ

ဗုဒ္ဓဘာသာသနာ၊ မဂ်ရှစ်ဖြာ၊ သေချာ ရှိပေသည်။
ရှစ်မဂ္ဂင်ပွါး၊ ကိလေများ၊ ငြိမ်းသွား ချမ်းသာသည်။
ထို့ကြောင့်ဗုဒ္ဓ၊ ယူဝါဒ၊ မုချ စစ်မှန်သည်။
ကြုံကြိုက်ခဲစွာ၊ သာသနာ၊ ကြုံလာ ရပေပြီ။
ကြုံလာသော်လဲ၊ သင်ယူလွဲ၊ သင်ပဲ ဆင်းရဲမည်။
မလွဲစေချင်၊ ရှစ်မဂ္ဂင်၊ တွင်တွင် ပွါးရမည်။
မဂ္ဂင်ပွါးလျှင်၊ ကိလေစင်၊ ပေးဝင် နိဗ္ဗာန်ပြည်။

## မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး

သိမှန် ကြံမှန်၊ ပြောပြုမှန်နှင့်၊ ကောင်းမှန်သက်မွေး၊ ဖြူစင်ဖွေး၍၊ မှန်ရေးကြိုးစား၊ မှန်ငြားသတိ၊ သမာဓိဟု၊ ဤသည့် ရှစ်ဖြာ၊ ကျင့်စဉ်ပါမူ၊ ဘာသာဝါဒ၊ ဝဋ်ဒုက္ခ၊ မုချ ငြိမ်းစေသည်။

---

## ဥပါသကာ ဥပါသိကာ

စစ်မှန်သော အားကိုးရာ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်သည့် ရတနာ ၃ ပါးကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်သော အမျိုးသားကို ဥပါသကာ၊ အမျိုးသမီးကို ဥပါသိကာ ဟု ခေါ်သည်။

**ဥပါသကာ** = ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်သူ အမျိုးသား။

**ဥပါသိကာ** = ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်သူ အမျိုးသမီး။

## ဆောင်ပုဒ်

**ရတနာသုံးရပ်၊ မြဲဆည်းကပ်မူ၊ ထိုသည့်သူ၊ မှတ်ယူ ဥပါသကာ။**

**ဥပါသကာ၏ သီလ** ဥပါသကာ ဥပါသိကာ တို့သည် ငါးပါး သီလကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းလျှင် ဥပါသကာ သီလ ပြည့်စုံတော့သည်။

**အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း:** ဥပါသကာ ဥပါသိကာ တို့သည် (၁)လက်နက်၊ (၂)လူ၊ (၃)သားငါး၊ (၄)အရက်သေစာ၊ (၅)အဆိပ် တို့ကို ရောင်းဝယ် ကုန်သွယ်ခြင်း မပြုရ။ ဤ ငါးမျိုးကို **မိစ္ဆာဝဏိဇ္ဇာ**= အပြစ်မကင်းသော ကုန်သွယ်မှု ဟု ခေါ်သည်။

ဤ မိစ္ဆာဝဏိဇ္ဇာနှင့် ကာယ ဒုစရိုက် ၃ ပါး၊ ဝစီ ဒုစရိုက် ၄ ပါးကို ရှောင်ကြဉ်၍ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပြုလျှင် **ဥပါသက အာဇီဝ**=ဥပါသကာ၏ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှု ပြည့်စုံ စင်ကြယ် တော့သည်။

အခန်း (၆)

# သီလ

**ကိုယ်ကျင့်သီလ** ကိုယ်အပြုအမူ အပြစ်ကင်းအောင်၊ နှုတ်အပြော အဆို အပြစ်ကင်းအောင် ကိုယ်နှင့်နှုတ် (ကာယကံ နှင့် ဝစီကံ)ကို စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းခြင်းကို **သီလ**ဟု ခေါ်သည်။ သီလ ဆိုသည်မှာ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် သီလ အဓိပ္ပါယ် တူသည်။

ကိုယ်အပြုအမူ၊ နှုတ်အပြောအဆို အပြစ်ကင်းလျှင် သီလ စင်ကြယ်သည်။ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းသည်။

ကိုယ်အပြုအမူ၊ နှုတ်အပြောအဆို အပြစ်မကင်းလျှင် သီလ ပျက်စီးသည်။ ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်သည်။

**အပြစ်ဆိုတာ** ထိခိုက် နစ်နာမှုကို **အပြစ်**ဟုခေါ်သည်။

၁။ မိမိကိုဖြစ်စေ၊ သူတစ်ပါးကိုဖြစ်စေ၊ တစ်ဦးဦးကို ထိခိုက် နစ်နာစေသော အပြုအမူ အပြောအဆိုသည် အပြစ်ရှိသော၊ အပြစ် မကင်းသော အပြုအမူ အပြောအဆို ဖြစ်သည်။

၂။ မိမိသူတစ်ပါး နှစ်ဦးအနက် မည်သူ့ကိုမျှ မထိခိုက် မနစ်နာစေသော အပြုအမူ အပြောအဆိုသည် အပြစ်မရှိသော အပြစ်ကင်းသော အပြုအမူ အပြောအဆိုဖြစ်သည်။

အပြစ်ကင်းသော အမူသည် **ကုသိုလ်**။

အပြစ်မကင်းသော အမူသည် **အကုသိုလ်**။

**လူယဉ်ကျေး** အရက်သေစာ သောက်စားခြင်း၊ သတ်ဖြတ်ခြင်း၊ ညှင်းဆဲ နှိပ်စက်ခြင်း၊ ခိုးဝှက် လုယက် တိုက်ခိုက်ခြင်း၊ အပျော်အပါး လိုက်စားခြင်း၊ ကောက်ကျစ် စဉ်းလဲခြင်း၊ စကားမတည် လိမ်လည် လှည့်ဖျားခြင်း စသော အပြစ်မကင်းသည့် အကုသိုလ်အမူ ဒုစရိုက်တို့ကို မပြုလုပ် မပြောဆိုဘဲ ကိုယ်နှင့်နှုတ်ကို စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းသူသည် ယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့သူဖြစ်သည်။ လူအများ၏ ချစ်ခင်ခြင်း၊ ရိုသေ လေးစားခြင်းကို ခံရ၏။

## ဆောင်ပုဒ်

**သီလဆိုတာ ကိုယ်နှုတ်များကို၊ ကောင်းစွာထားဖို့ စောင့်ရသလေ။**
**ကိုယ် နှုတ်လုံရင် လူယဉ်ကျေးကွဲ့၊ ကောင်းကျိုးပေးမြဲ အမှန်ပေ။**
**စိတ်ပါလုံရင် ပိုလို့ကောင်းသကွဲ့၊ ကောင်းသထက် ကောင်းအောင် ကြိုးစားလေ။**
**စိတ်ပါလုံအောင် ဘာဝနာပွါးဖို့၊ မြတ်ဘုရားက မိန့်ခဲ့ပေ။**
**ကိုယ် နှုတ် စိတ်ထား၊ ဤသုံးပါး လုံကြား ချမ်းသာပေ။**

**ကိုယ်ကျင့်သီလ ပျက်စီးလျှင်** ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်ပြား၍ သီလ မစင်ကြယ်လျှင် အရပ်ဆိုး အကျည်းတန်ခြင်း၊ ရဟန်း ရှင် လူတို့ ကြည်ညို ချစ်ခင်မှုကို မခံယူရခြင်း၊ လာဘ်လာဘ ရှားပါးခြင်း၊ ကြည်ညိုသူ လှူဒါန်း ပူဇော်သူများမှာ အကျိုးရနည်းခြင်း စသော မကောင်းကျိုးများကို ရရှိစေသည်။

**(ဓမ္မ-ဋ္ဌ ၁၊ ၁၇၆။ မ ၁၊ ၃၉)**

ထို့ပြင်

၁။ စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပျက်စီး ဆုံးရှုံးခြင်း၊
၂။ သတင်းဆိုးထွက် နာမည်ပျက်ခြင်း၊
၃။ လူသူ ပရိသတ် အလယ်သို့ မျက်နှာ ညှိုးငယ်စွာ ဝင်ရခြင်း၊
၄။ သတိ လွတ်ကင်းလျက် အော်ဟစ် ညည်းညူကာ သေရခြင်း၊
၅။ အပါယ် စသော ဘဝဆိုး၌ လားရောက်ရခြင်း၊

ဤ ဆိုးကျိုးများကိုလည်း ခံစားရသည်။ **(အံ ၂၊ ၂၂၁)**

**ကိုယ်ကျင့်သီလ ပြည့်စုံလျှင်** ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်၍ သီလ စင်ကြယ်လျှင် ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါ ချောမောလှပခြင်း၊ ရဟန်း ရှင် လူတို့၏ ကြည်ညိုချစ်ခင်မှုကို ခံယူရခြင်း၊ လာဘ်လာဘ ပေါများခြင်း၊ ကြည်ညို လှူဒါန်း ပူဇော်သူများ အကျိုး ကြီးမားခြင်း စသော အကျိုးတရားများကို ရရှိသည်။ **(ဓမ္မ-ဋ္ဌ ၁၊ ၁၇၆။ မ ၁၊ ၃၉)**

ထို့ပြင်

၁။ စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပေါများခြင်း၊

၂။ ကောင်းသတင်းထွက် နာမည်တက်ခြင်း၊

၃။ ပရိသတ်အလယ်သို့ မရှက်မရွံ့ ရဲဝံ့စွာ ဝင်နိုင်ခြင်း၊

၄။ သတိရှိလျက် မတွေမဝေ သေရခြင်း၊

၅။ သုဂတိဘဝသို့ လားရောက်ရခြင်း စသော အကျိုးတရားများကိုလည်း ခံစားရသည်။ (အံ ၂၊ ၂၂၁)

## သီလ၏ အကျိုး ၅ ပါး

### ဆောင်ပုဒ်

**သီလခေါ်ဆို၊ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ စင်ကြယ်ငြားမူ၊**
**စီးပွါးတိုးလျက်၊ နာမည်တက်၍၊ ရွံ့ရှက်ကြောက်ကင်း၊**
**ပွဲလယ်ချဉ်း၏၊ သေခြင်းဆိုက်လတ်၊ သတိကပ်လျက်၊**
**ရောက်လတ်နတ်ဝယ်၊ ဤ ငါးသွယ်၊ ရဖွယ်**
**ကောင်းကျိုးတည်း။**

## ဟိရီ ဩတ္တပ္ပကြောင့် သီလ စင်ကြယ်သူ

**လောကပါလတရား** အပြစ်မကင်းသော အမှု ပြုရမည်ကို ရှက်ခြင်း **ဟိရီ**၊ ကြောက်လန့်ခြင်း **ဩတ္တပ္ပ** တရား နှစ်ပါးသည် လောကကို စောင့်သော **လောကပါလတရားများ**

ဖြစ်ကြ၏။ **အရှက်အကြောက် ရှိသူသည် မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကို မပြုမိအောင် ရှောင်ကြဉ်၏**။ လောကရှိ လူအားလုံး ဤ အရှက်အကြောက် တရား နှစ်ပါး ရှိကြလျှင် မကောင်းမှု ပြုသောသူ မရှိသဖြင့် သတ္တဝါအားလုံး ချမ်းသာကြပေမည်။

**ရှက်ကြောက်သူ** ရှေးက တက္ကသိုလပြည်တွင် ပါမောက္ခဆရာကြီး တစ်ယောက်ထံ၌ တပည့်ငါးရာ ပညာ သင်ကြားနေကြ၏။ ဆရာကြီးမှာ ရုပ်ချော လိမ္မာ ပညာတတ် သမီးတစ်ယောက်ရှိ၏။ ဆရာကြီးသည် အရွယ်ရောက်နေပြီဖြစ်သော သမီးကို တပည့်များထဲမှ အသင့်တော်ဆုံး တပည့်နှင့် လက်ထပ်ပေးလို၏။ ထို့ကြောင့် သမီး ဝတ်စားဆင်ယင်ဖို့ရာ အဝတ်အထည်နှင့် လက်ဝတ်လက်စားများ မိမိတို့အိမ်မှ မည်သူမျှ မသိအောင် ခိုးယူခဲ့ကြဖို့ တပည့် အားလုံးကို စေခိုင်း၏။ အများဆုံး ယူဆောင်ခဲ့သော တပည့်ကို သမီးနှင့် လက်ထပ်ပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောလိုက်၏။

တပည့် တစ်ယောက်မှတစ်ပါး အားလုံးပင် ပစ္စည်းအမြောက်အမြား ခိုးယူခဲ့ကြ၏။ ပစ္စည်း မယူဆောင်ခဲ့သော တပည့်အား ဆရာကြီးက အကြောင်းကိုမေးရာ ထိုတပည့်က **"ဆရာကြီး၊ လောကမှာ မကောင်းမှု ပြုဖို့ရာ လူမသိနိုင်တဲ့ ဆိတ်ကွယ်ရာ နေရာ မရှိပါ**၊ ကျွန်တော် မကောင်းမှု ပြုရင် သူတစ်ပါး မသိသော်လည်း ကျွန်တော်က သိနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆိတ်ကွယ်ရာဆိုတာ မရှိပါ။ သိနေတဲ့ **ကျွန်တော့်ကိုယ်ကို ကျွန်တော် ရှက်လှလို့ ခိုးမှုဆိုတဲ့ မကောင်းမှုကို မပြုဝံ့ပါ** ဆရာကြီး"ဟု ရှင်းပြ၏။

အရက်အကြောက် တည်းဟူသော **ဟိရီ ဩတ္တပ္ပ** တရားများနှင့် ပြည့်စုံသည့် ဤတပည့်ကို ဆရာကြီး နှစ်သက်လှသဖြင့် သမီးချောနှင့် လက်ထပ်ပေးလိုက်၏။ **(ဇာ–၄ ၃၊ ၁၆)**

## သီလ၏ ကြောင်းကျိုး အဆက်ဆက်

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်လျှင် ကောင်းသောအလုပ်(ကုသိုလ်ကံ)ကြောင့် ကောင်းကျိုးရ၍ ဆိုးသော အလုပ်(အကုသိုလ်ကံ)ကြောင့် ဆိုးကျိုးရသည် ဆိုသော ကြောင်းကျိုး သဘာဝ (ကံနှင့် ကံ၏အကျိုး)ကို ယုံကြည် လက်ခံ၏။

**(ကမ္မသကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ)**။

အလုပ်နှင့် အလုပ်ကြောင့် ရရှိသည့် အကျိုး (ကံနှင့် ကံ၏ အကျိုး)ကို ယုံကြည်လျှင် ဆိုးကျိုး၊ ဆင်းရဲကျိုး ရမည်ကို ရှက်လည်းရှက်၊ ကြောက်လည်းကြောက်၏။ **(ဟိရီ ဩတ္တပ္ပ)**

ထို အရှက် (ဟိရီ)နှင့် အကြောက်(ဩတ္တပ္ပ)ကြောင့်ပင် ဆိုးသောအလုပ် မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကို ရှောင်ကြဉ်၏။ မကောင်းမှုကို ရှောင်ကြဉ်လျှင် ကိုယ်ကျင့်သီလ ပြည့်စုံ လုံခြုံ၏။

**(သီလသံဝရ)**

ကိုယ်ကျင့်သီလ လုံခြုံလျှင် မိမိကိုယ်ကျင့်တရားကို စဉ်းစား ဆင်ခြင်မိတိုင်း စိတ် ကြည်လင် ရွှင်လန်း၏။ **(အဝိပ္ပဋိသာရ)**

စိတ်ကြည်လင် ရွှင်လန်းလျှင် ဝမ်းမြောက်၏။ **(ပါမောဇ္ဇ)**

ဝမ်းမြောက်လျှင် နှစ်သက် အားရ၏။ **(ပီတိ)**

နှစ်သက်အားရလျှင် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်းအေး၏။ **(ပဿဒ္ဓိ)**

ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်းအေးလျှင် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာ၏။ **(သုခ)**

ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာသည့်အခါ တရား ရှုပွါးလျှင် စိတ် တည်ငြိမ်မှု သမာဓိကို ရလွယ်၏။ **(သမာဓိ)**

စိတ် တည်ငြိမ်လျှင် ရုပ်နာမ် အဖြစ်အပျက်ကို အမှန်အတိုင်း သိသော ဉာဏ်အမြင် **(ဝိပဿနာ)**၊ အရိယာသစ္စာလေးပါးကို ထိုးထွင်းသိသော ဉာဏ်အမြင်**(မဂ်ဖိုလ်)**ကို လျင်မြန်စွာ ရ၏။ **(ယထာဘူတဉာဏဒဿန)**။

## ဆောင်ပုဒ်

**ကောင်းဆိုးနှစ်တန်၊ ကံတရားနှင့်၊ သုံးပါး ရတနာ ယုံရင်လေ၊**
**ဆိုးကံပြုရန် ရှက်ကြောက်များလို့၊ သီလတရား လုံခြုံပေ။**
**သီလလုံလျှင် ကြည်ရွှင်လန်းလို့၊ ဝမ်းသာအားရ နှစ်သက်ပေ။**
**နှစ်သက်သောခါ ကိုယ်စိတ်ငြိမ်းလို့၊ ငြိမ်းအေးချမ်းသာ ရသလေ။**
**ချမ်းသာလေဘိ၊ သမာဓိ၊ ရ၏ဉာဏ်မြင်တွေ့။**

# သီလ စင်ကြယ်၍ ရဟန္တာ ဖြစ်သူ

**လောကီရေး ရှုပ်ထွေး** သာဝတ္ထိပြည်၌ အသပြာ သန်းလေးရာ ချမ်းသာသော သန်းကြွယ်သူဌေး ညီအစ်ကို နှစ်ယောက် ရှိ၏။ ညီငယ်က အိမ်ထောင်ပြု၍ အစ်ကိုကြီးက အိမ်ထောင်မပြုဘဲ ညီငယ်ကို စောင့်ရှောက်နေ၏။ တစ်နေ့တွင် ရှုပ်ထွေး ပွေလီမ်လှသော လောကီရေး ကိစ္စတွေကို အပြစ်မြင်ကာ ငြီးငွေ့လာသဖြင့် အစ်ကိုကြီးက ရဟန်းပြုပြီးလျှင် တောရကျောင်း၌ တရား အားထုတ်နေ၏။

ဝိသမလောဘကြောင့် အမှား အမှန်ကို မခွဲခြားနိုင်သော ထိုရဟန်း၏ ခယ်မက ထိုရဟန်းတော် လူထွက်လာလျှင် အမွေ ခွဲပေးရမည် စိုးသောကြောင့် လူဆိုးများအား ငွေပေး၍ ရဟန်းတော်ကို အသတ်ခိုင်း၏။

လူဆိုးများသည် ရဟန်းတော်ရှိရာ တောသို့သွား၍ နေဝင် မိုးချုပ် အချိန်တွင် ရဟန်းတော်ကို သတ်ရန် ဖမ်းဆီးကြ၏။ ရဟန်းတော်က တစ်ည တရားအားထုတ်ခွင့်ပြု၍ နံနက်လင်းမှ သတ်ရန် တောင်းပန်၏။ လူဆိုးများက မယုံကြည်ကြ။ ထွက်ပြေး လိမ့်မည်ဟု ထင်ကြ၏။ ရဟန်းတော်က အနီးရှိ ကျောက်တုံးကြီး တစ်ခုကို ကောက်ယူကာ ပေါင်နှစ်ဘက်စလုံးကို ထုရိုက်၍ ချိုးပစ်လိုက်မှပင် လူဆိုးများ ယုံကြည် စိတ်ချကာ စကြံဦး၌ မီးဖို၍ အိပ်လျက် စောင့်နေကြတော့၏။

**သီလကို ဆင်ခြင်** ရဟန်းတော်သည် ပေါင်ကျိုးဒဏ်ရာမှ နာကျင်သော ဝေဒနာကို ရှုမှတ်လျက် ခွါပြီးလျှင် ရဟန်းဖြစ်သည်မှ စ၍ ပွတ်သစ်စ ခရသင်းကဲ့သို့ ဖြူစင်လှသော မိမိ၏ သီလကို ဆင်ခြင်မိသဖြင့် စိတ် ကြည်လင် ရွှင်လန်းကာ နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်မှု ပီတိ ပါမောဇ္ဇတွေ တစ်ဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထို နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်စိတ်တွေကို ရှုမှတ်ပြန်ရာ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဉာဏ်တွေ ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ ဖြစ်ပေါ်လာပြီးနောက် မိုးသောက်ယံတွင် ကိလေသာ ကုန်ခန်း၍ ရဟန္တာ ဖြစ်သွား၏။

ရဟန်းတော်၏ ဘွဲ့တော်မှာ **အရှင်တိဿ** ဖြစ်၏။ ဤ အရှင်၏ ဖြစ်ရပ်ကို ကြည့်လျှင် သီလ စင်ကြယ်ခြင်းကြောင့် စိတ် ကြည်လင် ရွှင်လန်းရာမှ အကျိုး အဆက်ဆက် ဖြစ်ပေါ်ကာ အရဟတ္တဖိုလ် အထိ ရရှိသွားသည်ကို တွေ့ရ၏။

**လူတိုင်း ဆောက်တည်သင့်** ဤမျှ အကျိုးကြီးမားသော သီလကို လူတိုင်း ကြိုးစား၍ ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းသင့်ပေသည်။ မိမိဘာသာလည်း ဆောက်တည်ကောင်း၏။ ရဟန်းတော် တစ်ပါးပါးထံ၌လည်း ခံယူ ဆောက်တည်နိုင်၏။ မိမိဘာသာ ဆောက်တည်လျှင် လေးနက်မှု ရှိသေမှု အားပျော့၍ စောင့်စည်းစိတ် အားနည်း၏။ ရဟန်းတော် တစ်ပါးပါးထံ၌ ခံယူ ဆောက်တည်လျှင် လေးနက်မှု ရှိသေမှု အားကောင်း၍ စောင့်စည်းစိတ် ထက်သန်၏။ အားကြီး၏။

**မဆောက်တည်လျှင်** အပြစ်မကင်းသော အလုပ်ကို မလုပ်ဘဲ ရှောင်ကြဉ်ရာ၌ သီလ မဆောက်တည်ဘဲလည်း ရှောင်ကြဉ်နိုင်၏။ ထို့ကြောင့်ပင် တချို့က "တို့ မကောင်းတာတွေမှ မလုပ်ဘဲ၊ သီလ ဆောက်တည်နေဖို့၊ ဥပုသ်စောင့်နေဖို့ မလိုပါဘူး"ဟု ယူဆ ပြောဆိုတတ်ကြ၏။ ဤသို့ ယူဆပြောဆိုကြခြင်းမှာ မိမိ၏ ဟာကွက်ကို ဖာထေးလိုသောကြောင့် သော်လည်းကောင်း၊ လူ့စိတ် သဘာဝကို နားမလည်သောကြောင့် သော်လည်းကောင်း ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။

**ခြားနားချက်** လူ၏ စိတ်သဘာဝမှာ "မလုပ်ပါဘူး" နှုတ်က ထုတ်ဖော်ဝန်ခံထားသော အလုပ်တစ်ခုကို ကျူးလွန်ပြုလုပ်ရမည်ကို အလွန် ဝန်လေး၏။ မလုပ်မိအောင် အတတ်နိုင်ဆုံး စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းလိုစိတ် ထက်သန်၏၊ နှုတ်က ထုတ်ဖော်ဝန်ခံမထားဘဲ "မလုပ်ပါဘူး" ဟု စိတ်ဖြင့်သာ နှလုံးသွင်းထားရုံမျှ ဖြစ်လျှင် ကျူးလွန်ပြုလုပ်ရမည်ကို ဝန်မလေးပေ။ ကျူးလွန်လိုစိတ် အနည်းငယ် ဖြစ်ရုံမျှနှင့်ပင် လွယ်လွယ်ဖြင့် ကျူးလွန် ပြုလုပ်တတ်ကြ၏။

ထို့ကြောင့် သီလကို ဆောက်တည်၍ မကောင်းမှု မပြုမိအောင် စောင့်ထိန်းလျှင် စောင့်ထိန်းလိုစိတ် အားကောင်း၍ လွန်ကျူးဖောက်ဖျက်ရန် ခဲယဉ်း၏။ 'မကောင်းမှုကို မပြုလုပ်ခြင်းသာ ပဓာန ' ဟု ယူဆကာ သီလကို မဆောက်တည်လျှင် စောင့်ထိန်းလိုစိတ် အားသေး၍ မကောင်းမှုကို ကျူးလွန်ရန် လွယ်ကူ၏။

## သီလ အမျိုးမျိုး

ရဟန်းတော်များမှာ ပါတိမောက္ခ သံဝရသီလ ခေါ်သော ဝိနည်းသီလများကို စောင့်ထိန်းရ၏။ ရဟန်းဖြစ်ပြီးလျှင် ပြီးချင်း အထူးဆောက်တည်နေဖို့ မလိုဘဲ ဆောက်တည်ပြီးသား ဖြစ်သွား ပြီးလျှင် စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းရန် တာဝန် အပြည့်ရှိလာတော့၏။ ရှင်သာမဏေများမှာ ၁၀ ပါးသီလ ကို ဆောက်တည် စောင့်ထိန်း ကြရ၏။

လူများမှာ ငါးပါးသီလ၊ ရှစ်ပါးသီလ၊ (ရှစ်ပါးတွင် မေတ္တာစိတ်ထား ကို ထည့်၍) ကိုးပါးသီလ၊ အာဇီဝဋ္ဌမကသီလ များကို ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းကြရ၏။ စွမ်းနိုင်လျှင် ၁၀ ပါးသီလကိုလည်း စောင့်ထိန်း နိုင်၏။ **(ဝိသုဒ္ဓိ ၁၊ ၁၅။ ဣတိ ၠ၊ ၁၉၄ စသည်)**

**ကဿပ** ဘုရား လက်ထက်တော် အခါ၌ **ဃဋိကာရ** အိုးထိန်းသည်၊ **ကိကီ** မင်းကြီး၏ သမီး ၇ ယောက်၊ **ဂေါတမ** ဘုရား လက်ထက်တော်အခါ၌ **ဟတ္ထက ဥပါသကာ၊ ဟတ္ထာဠဝက ဥပါသကာ** စသည်တို့ ၁၀ ပါး သီလကို အသက်ထက်ဆုံး ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းကြကြောင်း ပါဠိ အဋ္ဌကထာ ကျမ်းဂန်တို့၌ လာ၏။

## သီလဆောက်တည်ပုံ

**ကန်တော့ခန်း:** **သီဟိုဠ်(သီရိလင်္ကာ)** နိုင်ငံမှ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ သီလ ဆောက်တည်သောအခါ **နမောတဿ** စသော ဘုရားရှိခိုးမှ စ၏။ မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ကမူ ကန်တော့ခန်း

မှ စတင်၏။ သြကာသ စသည်ဖြင့် ကန်တော့ခြင်း၊ **အဟံ ဘန္တေ** စသည်ဖြင့် သီလ တောင်းခြင်းများသည် သီလ ဆောက်တည်ရာ၌ မပါမဖြစ်သော လိုအပ်ချက်များကား မဟုတ်ပေ။

သို့သော် ယင်းတို့ ပါဝင်ခြင်းအားဖြင့် သီလကို ရိုသေလေးမြတ်သည့် စိတ်ထားများ တိုးပွါးလာစေရန် ရှေးပညာရှင်များ စီစဉ်ထားခဲ့ဟန် တူပေသည်။

**မဟာစည် သြကာသ** သြကာသ၊ သြကာသ၊ သြကာသ၊ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ **မနောကံ တည်းဟူသော** အပြစ် ခပ်သိမ်း၊ ပပျောက်ငြိမ်း၍၊ အသက်ရှည်စွာ၊ အနာမဲ့ရေး၊ ရန်ဘေး ကင်းကြောင်း၊ ကောင်းမှုမင်္ဂလာ၊ **ဖြစ်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ**၊ ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ **သံဃာရတနာ တည်းဟူသော** ရတနာမြတ်သုံးပါး (ဆရာသမား) တို့ကို၊ အရိုအသေ၊ လက်အုပ်မိုး၍၊ ရှိခိုးပူဇော်၊ ဖူးမြော်မာန်လျှော့၊ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

[ဆုပေးမည့်ပုဂ္ဂိုလ်ရှိလျှင် ဤတွင်ရပ်ပါ။ ဆုပေးမည့် ပုဂ္ဂိုလ် မရှိလျှင် အောက်ပါအတိုင်း ဆက်ဆုတောင်းပါ။]

ကန်တော့ရသော ကောင်းမှုကံ စေတနာတို့ကြောင့် အပါယ် ၄ ပါး၊ ကပ် ၃ ပါး၊ ရပ်ပြစ် ၈ ပါး၊ ရန်သူမျိုး ၅ ပါး၊ ဝိပတ္တိတရား ၄ ပါး၊ ဗျသနတရား ၅ ပါး၊ အနာမျိုး ၉၆ ပါး၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ၆၂ ပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်သာဖြစ်၍ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန် တရားတော်မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

**[ အပါယ် ၄ ပါး၊ ကပ် ၃ ပါး စသည်ကို စာမျက်နှာ ၁၉၇-၉ ၌ကြည့်ပါ။]**

## ငါးပါး သီလ တောင်းရန်

**အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။**

**ဒုတိယမ္ပိ . . . ။ တတိယမ္ပိ . . . ။**

[အရှင်ဘုရား တပည့်တော်သည် အားကိုးရာ သုံးပါးနှင့်တကွ ငါးပါး သီလကို တောင်းပါ၏။ တပည့်တော်ကို ချီးမြှောက်သောအားဖြင့် ငါးပါး သီလ ပေးတော်မူပါဘုရား။]

(**ယမဟံ ဝဒါမိ၊ တံ ဝဒေထ=** ဘုန်းကြီးဆိုတာကို လိုက်ဆိုကြပါ။)
**အာမ ဘန္တေ=** မှန်ပါ ဘုရား။

## ဘုရားရှိခိုး

**နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။**

[ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်သော သိစရာမှန်သမျှ တစ်စမကျန် သယမ္ဘူဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိတော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားအား ရှိခိုးပါ၏ ဘုရား။]

## သရဏဂုံ ဆောက်တည်

**ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။**
**ဒုတိယမ္ပိ . . . ။ တတိယမ္ပိ . . . ။**

**ဗုဒ္ဓံ=** သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားကို၊ **သရဏံ=**ဆင်းရဲ ပယ်ခွါ ချမ်းသာစေတတ် အမြတ်ရတနာ အားကိုးရာဟူ၍၊ **ဂစ္ဆာမိ=** ယုံကြည်ဆည်းကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

**ဓမ္မံ**= မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန် ပရိယတ်၊ ဆယ်ပါးသော တရားတော်မြတ်ကို၊ **သရဏံ**= ဆင်းရဲပယ်ခွါ ချမ်းသာစေတတ် အမြတ်ရတနာ အားကိုးရာဟူ၍၊ **ဂစ္ဆာမိ**= ယုံကြည် ဆည်းကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

**သံဃံ**= အရိယာရှစ်ဖော် သံဃာတော်နှင့် အရိယာနွယ်ဝင် သမ္မုတိသံဃာတော် အရှင်မြတ်အပေါင်းကို၊ **သရဏံ**= ဆင်းရဲ ပယ်ခွါ ချမ်းသာ စေတတ် အမြတ်ရတနာ အားကိုးရာဟူ၍၊ **ဂစ္ဆာမိ**= ယုံကြည် ဆည်းကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

မြတ်စွာဘုရားကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား။

မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်မြတ်ကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား။

မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သား သံဃာတော်မြတ် အပေါင်းကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား။

(**သရဏဂမနံ ပရိပုဏ္ဏံ**= သရဏဂုံ ပြည့်စုံပါပြီ။)
**အာမ ဘန္တေ**= မှန်ပါ ဘုရား။

## သိက္ခာပုဒ် ဆောက်တည်ပုံ

၁။ **ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[သတ္တဝါ၏ အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

၂။ **အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[သူတစ်ပါး၏ ပစ္စည်းကို မတရားယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[ကာမဂုဏ်တို့၌ မှားယွင်းစွာ ကျင့်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[မမှန်သော စကားကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၅။ သုရာမေရယမဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[မူးယစ် မေ့လျော့စေတတ်သော အရက် သေစာတို့ကို သောက်စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**[တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ သာဓုကံ သမာဒိယိတွာ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ]**

[ဘုရား တရား သံဃာ တည်းဟူသော အားကိုးရာ ၃ ပါးနှင့်တကွ ငါးပါး သီလကို ရိုသေစွာ ခံယူ ဆောက်တည်ကြပြီး၍ မမေ့သော သတိဖြင့် ပြီးစီး ပြည့်စုံ လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းကြပါလေ။]

**အာမ ဘန္တေ**= မှန်ပါ ဘုရား။

## ပါဏာတိပါတကံ၏ ဆိုးကျိုးများ

သတ္တဝါကို ညှဉ်းဆဲ နှိပ်စက်လျှင်၊ သတ်ဖြတ်လျှင်—

၁။ အသက်တိုခြင်း

၂။ အနာရောဂါ များခြင်း၊

၃။ အင်အား ဆုတ်ယုတ်ခြင်း၊

၄။ ကြောက်ရွံ့တတ်ခြင်း

၅။ စိုးရိမ် ပူဆွေးစိတ် များခြင်း၊

၆။ သူတစ်ပါး အနှိပ်စက် ခံရခြင်း၊

၇။ သူတစ်ပါး သတ်၍ သေရခြင်း၊
၈။ ကိုယ် လက် အင်္ဂါ ချို့တဲ့ခြင်း
၉။ ကိုယ်လုံး ကိုယ်ထည် အချိုးမကျခြင်း၊
၁၀။ ချစ်သူတို့နှင့် ကွဲကွာရခြင်း
စသော ဆိုးကျိုးများကို ရတတ်သည်။

သတ္တဝါကို မသတ်ဖြတ် မညှဉ်းဆဲပဲ မေတ္တာစိတ်ထားလျှင် ဤ ဆိုးကျိုးများမှ ပြောင်းပြန်ဖြစ်သော ကောင်းကျိုးများကို ရနိုင်၏။
(ဣတိဝုတ်-ဋ္ဌ၊ ၂၂၄)

## ပါဏာတိပါတ၏ ဆိုးကျိုးများ

ညှဉ်းဆဲသတ်ဖြတ်၊ သက်တိုတတ်၏၊ များလတ် ရောဂါ၊ မကျန်းမာဘူး၊ အင်္ဂါချို့ယွင်း၊ ဖေါက်ပြန်ခြင်းကြောင့်၊ ရုပ်ဆင်းမလှ၊ ချိုးမကျဘဲ၊ ကွဲရချစ်သူ၊ မုန်းသူပေါများ၊ ကြောက်စိတ်များ၏၊ ကြီးမားစိုးပူ၊ နှိပ်စက်သူနှင့်၊ ရန်သူလည်းများ၊ ဆုတ်အင်အားနှင့်၊ သူများသတ်ဖြတ်၊ သေရတတ်၍၊ သေလတ်ပြီးခါ၊ ပါယ်လေးရွာ၊ ရောက်ရာ လမ်းကြောင်း အမှန်တည်း။

## ပါဏာတိပါတ ရှောင်ကြဉ်ကျိုးများ

သူ့သက်မသတ်၊ ရှောင်ကြဉ်လတ်မူ၊ မကပ်ရောဂါ၊ လွန်ကျန်းမာလျက်၊ ရှည်စွာအသက်၊ ကြောက်မဖက်ဘဲ၊ စိတ်လက်ချမ်းသာ၊ ပူကင်းကွာ၍၊ အင်္ဂါပြည့်ဝ၊ အချိုးကျလျက်၊ လှပကိုယ်လက်၊ မနှိပ်စက်နိုင်၊ မသတ်နိုင်၊ မြဲခိုင်ကောင်းကျိုးတည်း။

## အရှင်လတ်လတ် ပုပ်နေသော မထေရ်

**လက်ရှိဘဝ ဒုက္ခ** သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းဝင်း၏ အစွန်ကျသော ကျောင်းတစ်ကျောင်း၌ ရဟန်းတော်တစ်ပါးသည် ညောင်စောင်းပေါ်တွင် လူးလိမ့်ယင်း ဝေဒနာ အပြင်းအထန် ခံစားနေရ၏။ ရဟန်း၏ ခန္ဓာကိုယ်တွင် ဆီးသီးခန့်၊ ဆီးဖြူသီးခန့်၊ ဥသျှစ်သီးခန့် ပမာဏရှိသော အနာလုံးကြီးများသည် သွေးတစိုစို ပြည်တရွှဲရွှဲဖြင့် တစ်ကိုယ်လုံး အပ်ချစရာ မကျန်အောင် အနံ့အပြား ပေါက်လျက်ရှိ၏။ ရဟန်းတော်၏ တစ်ကိုယ်လုံးကား ပုပ်စော် နံနေ၏။ ပြုစုမည့်သူလည်း တစ်ဦးမျှ မရှိပေ။

လောကသုံးပါး၏ အားထား ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားမှာမူ အနီးရှိ မီးတင်းကုတ် အတွင်း၌ ရေနွေးအိုးကို မီးဖိုပေါ်သို့ တင်ပြီးလျှင် ရေနွေးဆူရန် စောင့်ဆိုင်းလျက် နေတော်မူ၏။

**ပြုစုကြပြီ** ရေနွေးဆူသောအခါ မြတ်စွာဘုရားသည် ဂိလာန ရဟန်းရှိရာသို့ ကြွတော်မူလာ၍ ညောင်စောင်းစွန်းကို ကိုင်တော်မူ၏။ ထိုအခါမှ အခြားရဟန်းများ ဝိုင်းအုံလာကြပြီးလျှင် ဂိလာန ရဟန်း၏ကိုယ်မှ သင်္ကန်းတို့ကို လျှော်ဖွပ် လဲလှယ်ပေးခြင်း၊ အနာလုံးကြီးများကို ဖန်ရည်ဖြင့် ဆေးကြောပေးခြင်း၊ ဆေးထည့်ပေးခြင်း စသော သူနာပြု လုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်ပေးကြတော့သည်။ ထိုအခါမှ ဂိလာန ရဟန်းသည် သက်သာရာရကာ ငြိမ်သက်သော စိတ်ဖြင့် မှိန်းနေလေသည်။

**ရှေးဘဝက ဆိုးခဲ့လို့** ဤ ရဟန်း ဘာကြောင့် ဤမျှ ဆိုးရွားသော ရောဂါ ဝေဒနာဆိုး ဆင်းရဲကျိုးကို ခံစားရသနည်း။ အကြောင်းရှိပါသည်။ လောကဥ္စ အကြောင်းမရှိပဲ ဘယ်အရာမျှ မဖြစ်ပေါ်ပေ။ ဤ ရဟန်းသည် **ကဿပ**ဘုရားရှင် လက်ထက်တော် အခါ၌ ငှက်မုဆိုး ဖြစ်ခဲ့ဖူးသည်။ ငှက်မျိုးစုံတို့ကို သတ်၍ ဘုရင်၏ စားတော်ပွဲအတွက် ဆက်သရ၏။ ကျန်သော ငှက်တို့ကို ရောင်း၏။ ရောင်း၍ မကုန်သော ငှက်တို့ကို မပျံနိုင် မသွားနိုင်အောင် တောင်ပံနှင့် ခြေထောက်တို့ကို ချိုးထား၏။ တစ်ချို့ငှက်တို့ကို နောက်တစ်နေ့တွင် သတ်၍ ရောင်း၏။ တစ်ချို့ကိုမူ နှစ်ရက် သုံးရက်လွန်မှ သတ်၍ ရောင်းရ၏။ ဤနည်းဖြင့် ငှက်များမှာ ဆင်းရဲဒုက္ခကို အချိန်ကြာကြာ ခံစားရပြီးမှ အသတ်ခံကြရ၏။

ထို မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံ တည်းဟူသော အကြောင်း၏ ဆိုးကျိုးကို ယခုဘဝ၌ ဤရဟန်း ခံစားနေရခြင်း ဖြစ်သည်။

**အချိန်မီသံဝေဂ** သို့သော် တစ်နေ့တွင် ယင်း ငှက်မုဆိုးသည် ထိတ်လန့် သံဝေဂ ဖြစ်ကာ ရဟန္တာမထေရ် တစ်ပါးအား အံရသာရှိသော ဆွမ်း ဆွမ်းဟင်းတို့ကို လောင်းလှူပြီးလျှင် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ဆုတောင်း၏။

ယခုဘဝ၌ အဆိုပါ ရဟန်း ဝေဒနာမှ သက်သာရာ ရနေစဉ် မြတ်စွာဘုရားက ဘာမျှ အသုံးမကျသော ကိုယ်ကောင်ကြီး၏ အပြစ်တို့ကို ဖော်ပြ၍ သစ္စာလေးပါး အထွတ်တပ်လျက် တရား

ပြတော်မူသောအခါ ရဟန္တာမထေရ်အား ဆွမ်းလောင်းလှူသော ထိုကောင်းမှု၏ အကြောင်း အထောက်အပံ့ကြောင့် အရဟတ္တ ဖိုလ်ဉာဏ်အထိ ရရှိပြီးလျှင် ပရိနိဗ္ဗာန် စံလေ၏။

သတ္တဝါကို ညှဉ်းဆဲသတ်ဖြတ်မှု အကုသိုလ်၏ အကျိုးကား ကြောက်မက်ဖွယ် ကောင်းလှ၏။

## သည်ဘဝကံကြောင့် သည်ဘဝခံ

**အတိတ်ကံနှင့် ပစ္စုပ္ပန်ကံ** ကောင်းမှုကံ၊ မကောင်းမှုကံတို့၏ သဘောမှာ ရှေးဘဝက ပြုခဲ့သော ကံကြောင့် ယခုဘဝ အကျိုးခံစားရသည်လည်း ရှိ၏။ ယခုဘဝ ပြုသော ကံကြောင့် ယခုဘဝမှာပင် ချက်ချင်း အကျိုးခံစားရ သည်လည်း ရှိ၏။

**ကောကမုဆိုး** မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါက **ကောက** အမည်ရှိသော မုဆိုးတစ်ယောက်သည် တော လိုက်ရန် ခွေးများကို ခေါ်၍ ရွာမှထွက်သွား၏။ ရွာနှင့် မလှမ်းမကမ်း တွင် ရဟန်းတော်တစ်ပါးကို တွေ့ရသောအခါ “ဒီနေ့ အမင်္ဂလာကို တွေ့ရတယ်၊ ဘာ သားကောင်မှ ရမှာမဟုတ်”ဟု စဉ်းစားရင်း ဒေါသထွက်နေ၏။ တောကိုရောက်၍ သားကောင်များကို လိုက်သော အခါ တစ်ကောင်မျှ မရ၍ ပိုမို ဒေါသထွက်ကာ ရွာသို့ ပြန်လာ၏။

**မကောင်းမှုကံ** ရဟန်းတော်သည်လည်း ရွာထဲတွင် ဆွမ်းခံပြီးလျှင် ကျောင်းသို့ ပြန်လာရာ မုဆိုးနှင့် လမ်းတွင် ဆုံမိကြပြန်၏။ "ရဟန်းကို တွေ့သောကြောင့် သားကောင်မရ" ဟု ထင်မှတ်ကာ ဒေါသထွက်နေသော မုဆိုးသည် ရဟန်းတော်ကို ဒုတိယအကြိမ် တွေ့ရပြန်လျှင် ပို၍ပင် ဒေါသမီး တဟုန်းဟုန်း တောက်ကာ ခွေးများကို ရှူးတိုက်၍ ရဟန်းတော်ကို ကိုက်စေသည်။ ရဟန်းတော်သည် နီးရာ သစ်ပင်တစ်ပင်ကို ပြေးတက်ပြီးလျှင် လူတစ်ရပ်သာသာ မြင့်သော သစ်ကိုင်းပေါ်၌ ထိုင်နေ၏။ ခွေးများသည် သစ်ပင်အောက်မှ နေ၍ ပတတ်ရပ်ကာ ကိုက်ခဲမည့်ဟန်ဖြင့် မာန်ဖီနေကြ၏။ မုဆိုးသည် ရဟန်းတော်၏ ခြေဖဝါးတို့ကို မြားဖြင့် လှမ်း၍ ထိုး၏။

ရဟန်းတော်သည် တစ်ကိုယ်လုံး မီးအုံးသကဲ့သို့ ပူလောင်နာကျင်လှသဖြင့် ခြေထောက်တို့ကို ရှောင်ရင်း တိမ်းရင်း ကိုယ်ရုံ ကောသီ ကိုယ်မှ ကွာကျသွားသည်ကိုပင် မသိလိုက်တော့ပေ။ ရဟန်းတော်၏ ကိုယ်ရုံ သင်္ကန်းသည် သစ်ပင်အောက်ရှိ မုဆိုးကို ခြုံပြီး အုပ်ပြီးသား ကျသွား၏။ ခွေးများသည် ရဟန်းတော်ဟု ထင်မှတ်ကာ သင်္ကန်း အုပ်မိပြီး ဖြစ်နေသော မုဆိုးကို ဝိုင်းဝန်း ကိုက်သတ်၍ အသားကို စားလိုက်ကြရာ အရိုးမျှသာ ကျန်တော့မှ လွှတ်လိုက်ကြ၏။

ထိုအခါမှ ရဟန်းတော်သည် သစ်ကိုင်းခြောက်တစ်ခုကို ချိုး၍ ခွေးများပေါ်သို့ ချလိုက်ရာ ခွေးများက သစ်ပင်ပေါ်သို့ မော့ကြည့်လိုက်၏။ ရဟန်းတော်ကို မြင်မှ မိမိတို့ သခင်ကို မိမိတို့

ကိုက်သတ်မိကြောင်း သိကြ၍ ခွေးများ တောထဲသို့ ဝင်ပြေး ကြလေသည်။

**"ကာလဝိပါက် နောက်ပိုးတက်"** ဆိုသော မြန်မာစကား နှင့်အညီ ယခုပြုသော မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံက ယခုချက်ချင်း ဆိုးကျိုးကို ပေးခြင်းဖြစ်၏။

## အမှတ်မထင်ပြုမိတတ်သည့် ကံ

**ပြောင်လှောင်ကံ** လူသည် ပျော်ချင်၏၊ ပျော်တတ်၏။ တစ်ခါ တစ်ရံ သူတစ်ပါး ဒုက္ခရောက်နေသည်ကိုပင် ပျော်စရာဟု ထင်မှတ်ကာ တဝါးဝါး တဟားဟား ရယ်မောချင် တတ်၏။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် ရယ်မောရုံမျှမကပဲ ဒုက္ခရောက်နေသူကိုပင် သရော် ပြောင်လှောင်မိတတ်ကြ၏။ ဤ အပြုအမူများသည် အမှတ်မထင် ပြုမိတတ်သည့် အကုသိုလ်ကံများပင် ဖြစ်ပေသည်။ ဤ ကံများကြောင့် ရရှိသည့် ဆိုးကျိုးများမှာလည်း အင်အား မသေးလှပေ။

**နီရိုးဘုရင်** ရှေးရောမတိုင်းတွင် နီရိုးဘုရင်သည် ရာဇဝင်တွင်ရစ် အောင် ရက်စက် ကြမ်းကြုတ်သော ဘုရင်တစ်ပါး ဖြစ်၏။ သူသည် အထူး ပြုလုပ်ထားသော သားရဲစာကျွေး ကွင်းကြီး အတွင်း၌ ခရစ်ယာန်များကို ဆင်းစေ၍ အထူးမွေးမြူထားသော ခြင်္သေ့၊ ကျား စသော သားရဲတိရစ္ဆာန်တို့နှင့် သတ်ပုတ်စေ၏။ သားရဲတိရစ္ဆာန်များက ခရစ်ယာန် ဘာသာဝင်များကို သတ်ပုတ်

ကုတ်ခြစ် ကိုက်ခဲ ဝါးမြို နေသည်ကို နန်းတော်သူ နန်းတော်သားများ၊ တိုင်းသူပြည်သားများနှင့်အတူ ပွဲကြည့်စင်၌ အမြင့်သားထိုင်ကာ အရသာခံ၍ ကြည့်ရှုကြ၏။

**ချည့်နဲ့နေသော အမေရိကန်မ** ပွဲကြည့်ပရိသတ်ထဲမှ နန်းတွင်းသူ အပျိုတော် တစ်ယောက်သည် ခြသေ့် သတ်ပုတ် ကိုက်ခဲထားသဖြင့် ခြေကျိုး လက်ကျိုး ဖြစ်ပြီးလျှင် ကြောက်ကြောက် လန့်လန့်ဖြင့် ရှန်းကန်နေသူများကို ကြည့်ရှုကာ ပြောင်လှောင် ရယ်မောခဲ့၏။ ထို အပျိုတော်သည် ထိုပြောင်လှောင် ကံကြောင့် ယခုခေတ်တွင် အမေရိကန်ပြည်၌ လူဖြစ်လာကာ ချည့်နဲ့ရောဂါ စွဲကပ်နေသဖြင့် လမ်းမလျှောက်နိုင်ဘဲ ဘီးတပ် ကုလားထိုင်အတွင်းမှာ သူ့ဘဝကို ကုန်စေကာ ဆင်းရဲဒုက္ခကို ခံစားနေရ၏။

သူတစ်ပါး၏ ဆင်းရဲဒုက္ခကို အရသာခံ၍ ကြည့်ရှု ရယ်မောခဲ့သော မကောင်းမှု၏ ဆိုးကျိုး ဆင်းရဲကျိုးသည်လည်း ကြောက်မက်ဖွယ်ရာ ကောင်းလှ၏။ (Many Mansion P. 65)

## ပါဏာတိပါတမှ ရှောင်ကြဉ်ကျိုး

**လယ်ယာဦးကြီး** ရှေးက သီဟိုဠ်ကျွန်း၌ လယ်သမားကြီးတစ်ဦးသည် နွားပျောက်၍ နေရာအနှံ့အပြား သွားရောက်ရှာရာမှ တောင်ပေါ်သို့ ရောက်သွား၏။ တောင်စောင်း၌

ရပ်လျက် နွားများကို လှမ်းမျှော်ကြည့်ရှုကာ ရှာဖွေနေစဉ် စပါးကြီးမြွေတစ်ကောင်သည် လယ်သမားကြီး၏ ခြေသလုံးကို ရစ်ပတ်ထားလေသည်။ လယ်သမားကြီးသည် ထက်လှသော ပဲခွပ်ဖြင့် မြွေကြီးကို ခုတ်ပိုင်းလိုက်ရန် ကြံစည်ပြီးမှ **ပိဂ်လဗုဒ္ဓရက္ခိတ** မထေရ်ထံ၌ သီလခံယူဆောက်တည်ခဲ့သည်ကို သတိရသဖြင့် ပဲခွပ်ကို တောထဲသို့ လွှင့်ပစ်လိုက်၏။

ထိုအခါမှ မြွေကြီးသည် အခွေကို ဖြေကာ တောထဲသို့ လျှောကနဲ ဝင်သွားလေ၏။ (**အဘိ–ဌ၊၁၊၁၄၆**)

သူတစ်ပါး၏ အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်လျှင် မိမိအသက်ရှည်၏။

## အဒိန္နာဒါနကံ၏ ဆိုးကျိုးများ

ပိုင်ရှင်က ကြည်ဖြူစွာ မပေးသော ပစ္စည်းကို ခိုးယူခြင်း၊ တိုက်ယူခြင်း၊ နှိုက်ယူခြင်း၊ အကျပ်ကိုင်၍ ယူခြင်း၊ ပရိယာယ်တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် လှည့်ပတ်၍ယူခြင်း စသည်တို့သည် အဒိန္နာဒါန= သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို မတရားယူခြင်း ဖြစ်၏။

ယင်းသို့ မတရားယူသူသည်

၁။ အပါယ် ဒုဂ္ဂတိဘဝ ရောက်ရခြင်း၊

၂။ ဆင်းရဲ မွဲတေခြင်း၊

၃။ ပစ္စည်းရအောင် မရှာနိုင်ခြင်း၊

၄။ ရှိသမျှပစ္စည်း မတည်တံ့ခြင်း၊
၅။ လိုအပ်သော ပစ္စည်း မရခြင်း၊
၆။ ဆင်းဆင်းရဲရဲ နေရခြင်း စသော ဆိုးကျိုးများကို ရ၏။

သူတစ်ပါး ပစ္စည်းကို မတရားယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်လျှင် ဤ ဆိုးကျိုးများမှ ပြောင်းပြန်ဖြစ်သော ကောင်းကျိုးများကို ရ၏။
(ဣတိဝုတ်-ဋ္ဌ၊ ၂၂၄)

## အဒိန္နာဒါန၏ ဆိုးကျိုးများ

ပိုင်ရှင်မပေးငြား၊ သူများဥစ္စာ၊ ခိုး,လုပါမူ၊ လေးဖြာအပါယ်၊ သူ၏ နယ်တည့်၊ အကယ်၍များ၊ လူဖြစ်ငြားမူ၊ ရှားပါးဥစ္စာ၊ ရခဲစွာမို့၊ မွဲပြာဆင်းရဲ၊ ရလဲကြာရှည်၊ မတည်ပျောက်ပျက်၊ မင်းနိုပ်စက်၍၊ စိတ်လက်မရွှင်၊ လိုအင်မပြည့်၊ ဆင်းရဲဖိသည်၊ ရ၏ ဆိုးကျိုးများစွာတည်း။

## အဒိန္နာဒါန ရှောင်ကြဉ်ကျိုးများ

မခိုးဥစ္စာ၊ ရှောင်ကြဉ်ပါမူ၊ ချမ်းသာကြွယ်ဝ၊ လိုရာရ၍၊ ရှာရလွယ်ကူ၊ ရပြန်မူလည်း၊ ရန်သူမဖျက်၊ မပျောက်ပျက်ဘဲ၊ တိုးတက်ပွါးစည်၊ စည်းစိမ်တည်၏၊ လေးလီပါယ်ရှာ၊ မကျပါဘဲ၊ နတ်ရွာသုဂတိ၊ လားရာဘိသည်၊ ရ၏ကောင်းကျိုး အမှန်တည်း။

## ဆိတ်ထက် မိုက်သူ

**ဗာရာဏသီမြို့သား** ညက တိတ်ဆိတ်၏။ တန်ဆောင်မုန်းလ ပြည့်ခါနီးဖြစ်၍ လ,က ကြည်လင်၏။ ဆောင်းကို လေအေး ဆော်သွေးစပြုပြီမို့ ရာသီက အတန်ငယ် အေး၏။ တိတ်ဆိတ်သောည၊ ကြည်လင်သောလနှင့် အေးမြသော ရာသီတွင် **ဗာရာဏသီ**မြို့ကြီးက အိပ်မောကျနေ၏။ ကြည်လင်သော လရောင်အောက်တွင် ဘုရင်၏ ဝတ်ပန်းခင်းကြီး အတွင်းမှ ဝတ်ပန်းပွင့် တို့မှာ ငြိမ်းချမ်းစွာ လှနေကြ၏။

ဝတ်ပန်းခင်း၏ အနီး၌ လုလင်တစ်ယောက်သည် မလှုပ်မယှက် ငြိမ်သက်စွာ ရပ်လျက်ရှိ၏။ လူငြိမ်သလောက် သူ့စိတ်က လှုပ်ရှား နေ၏။ သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင် ကြည်လင်သလောက် သူ့စိတ် အစဉ်က နောက်ကျုနေ၏။ ရာသီက အေးမြသလောက် သူ့စိတ်က ပူလောင်နေ၏။

လုလင်၏ စိတ်အစဉ်သည် သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် အံမဝင် ခွင်မကျ ဖြစ်နေ၏။

**ဇနီး အလိုကျ** သူ သည်နေရာသို့ ရောက်လာရသည်မှာ သူ့ ဇနီးကလေး **သာမာ**အတွက် ဖြစ်၏။ တန်ဆောင်မုန်း လပြည့် နက္ခတ်ပွဲသဘင်တွင် ဝတ်ဆင်ဖို့ရာ ဝတ်ပန်းရောင် ဆာရီကို လိုချင်လှချည်ရဲ့ဟု **သာမာ**က မရမက ပူဆာ၏။ ဖျင်ကြမ်းဝတ်စုံ တစ်စုံစီနှင့်သာ အရှက်လုံရုံမျှ ဖုံးအုပ် ထားရသည့် ဘဝအခြေအနေတွင် ဝတ်ပန်းတွေ ဘာတွေကို သူ

စိတ်ကူးမျှပင် မထည့်ဝံ့ပေ။ သို့တစ်စေ လတ်တလော ဉာဏ်အမြင် လျင်လှသော **သာမာ**က ဘုရင့် ဝတ်ပန်းခင်းမှ ဝတ်ပန်းပွင့်များဖြင့် ဆိုးလျှင် ရနိုင်ကြောင်း နည်းကောင်း ညွှန်ပြသဖြင့် ဇနီးသည် အလိုကျ စိတ်ချမ်းသာရစေရန် သည်နေရာ သည်ဌာနသို့ သူ ရောက်လာခဲ့ရ၏။

သို့သော် လွယ်တော့ မလွယ်လှ။ စွန့်စားရမည့် အလုပ် ဖြစ်၏။ အချစ်အတွက်ဖြင့် အသက်ပင်သေသေ စွန့်စားရပေမည်။ သည်သဘောထား မှန်မှ မှန်ပါမည်လား။ သူ စဉ်စား၏။

ရှေးသူဟောင်းတို့စကား ကြားဖူးသည်မှာတော့ –

**ဆိတ်ဖိုနှင့် ဆိတ်မ** ဆိတ်ဖိုကြီး တစ်ကောင်နှင့် ဇနီးသည် ဆိတ်မလေးတို့ ရေတွင်းပျက် တစ်ခုအနီးမှာ မြက်စားနေကြသည်။ ရေတွင်းပျက် နံရံမှ မြက်နုနုကလေးများမှာ စားချင်စဖွယ် စိမ်းစို လန်းဆန်းလျက် ရှိ၏။ ထို မြက်နုလေးတွေကိုမှ မစားရလျှင် သေရချည်ရဲ့ဟု ဆိတ်မကလေးက ဆိတ်ဖိုကြီးကို ပူဆာ၏။ ပူဆာပါများတော့ ဆိတ်ဖိုကြီးက "ဒီမှာရှင်မ၊ အဲဒီ မြက်နုကို ငါ ယူပေးရင် ရေတွင်းပျက်ထဲ ငါကျလို့ သေရမည် အမှန်၊ ငါသေပြန်ရင်လဲ မင်းက နောက်ဆိတ်ဖို တစ်ကောင်နှင့် သစ္စာနှံမည် မုချ။ ဒီတော့ ငါ့အသက်ကို အသေခံ၊ မင်းကောင်းစားဖို့ဖြင့် ငါ မကြံပါရစေနဲ့၊ ဒီ မြက်နု မစားရလို့ မင်းသေရင်လဲ ငါ ငိုပွဲမဆင်၊ ယဉ်ယဉ်လှလှ နောက်ဆိတ်မနဲ့ဘဝသစ် ထူထောင် ဆိတ်ဘောင်မှာ ပျော်ရစ်မယ်"ဟု ရှင်းရှင်း ပြတ်ပြတ်ပဲ ပြောလိုက်သည်တဲ့။

သည်ဆိတ်ဖိုကြီး၏ သဘောထားကပဲ မှန်သလား။ သူ့လုပ်ထုံးကိုပဲ နှလုံးမူသင့်သလား၊ လုလင် စဉ်းစား၏။ သို့သော် ဟိုဆိတ်မနှင့် သူ့ **သာမာ** အလိမ္မာချင်း ကွာလှသည်ဟု သူ့စိတ်ကဆင်ခြေ ကန်ပြန်၏။ တစ်ဖန် **သာမာ** လှလှပပ ဝတ်ဆင်ရေးစိတ်ချမ်းသာရေးအတွက် အသက် စွန့်ရသည်ဆိုလျှင် ဟို ဆိတ်ဖိုကြီးလောက်မှ သူ မလိမ္မာရာ ရောက်မနေပါလား။ လုလင်၏ စိတ်သည်ချီတုံ ချတုံ ဖြစ်နေ၏။

**ခိုးမှု အကုသိုလ်** သို့သော်လည်း ခဏမျှ ကြာလျှင် လုလင်သည် မျက်စိကိုမှိတ် အံကိုကြိတ်ကာ စိတ်ကို ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် ဝတ်ပန်းခင်း စည်းရိုးကို အသာ ကျော်နင်း၍ အတွင်းသို့ဝင်လိုက်၏။ ဝတ်ပန်းပွင့် သုံးလေးပွင့်မျှသာ ခူးမိသေးသည်။ စည်းရိုး နင်းသံကြောင့် အစောင့်များ ချက်ချင်းသိကာ လုလင်ကိုဝိုင်းဝန်း ဖမ်းဆီးပြီးလျှင် ရိုက်နှက် ထောင်းထုကြ၏။ နံနက်လင်းသောအခါ ဘုရင့် ရှေ့တော်မှောက်သို့ ဝတ်ပန်း သူခိုးကိုသွင်းကြ၏။

**ဆိုးကျိုး** ကောရာဇ်ခေတ် ကောရာဇ်စနစ်တွင် ဘုရင့်ဘဏ္ဍာတော်ကို ကျူးကျော်ခြင်းသည် အပြစ် အကြီးဆုံးဖြစ်ရာစစ်ဆေးဖို့ လုံးဝမလို။ သုသာန်တွင် ကားစင်တင် တံကျင်လျှို၍သတ်စေ၊ အမိန့်တော်မြွက် မှတ်လိုက်၏။

သုသာန် တစပြင်တွင် ငါးကင်သကဲ့သို့ ကားစင်တွင် အောက် ဒွါရပေါက်မှ အထက် လည်ပင်းပေါက်အောင် တံကျင် လျှိုခံနေရသော ခိုးသား လုလင်၏ မျက်လုံးတို့ကို ကျီးငှက်တို့သည် နှုတ်သီးဖြင့် ထိုးဆွ နေကြ၏။ ဝတ်ပန်းပွင့်နှင့် မတန်အောင် မသေမရှင် ဆင်းရဲဒဏ်ကို ခံနေရရှာ၏။

**တဏှာ့ကျွန်** သို့သော် ခိုးသား လုလင်၏ စိတ် အစဉ်ကမူ "တံကျင် အလျှိုခံရခြင်း၊ ကျီးထိုးခံရခြင်းသည် ငါ့ကို မဆင်းရဲစေပါ၊ ငါ့ဇနီး **သာမာ**ကလေးဟာ ဝတ်ပန်းရောင် ဆာရီကလေး ဝတ်ပြီး ငါနဲ့အတူ ရွှေလည်တွဲကာ နက္ခတ်ပွဲမှာ ပျော်ပွဲ မဆင်ရရှာတော့ပါကလားလို့ တွေးမိလိုက်မှဖြင့် ငါ့နှလုံး ကွဲမလောက် ဆင်းရဲလှပါတယ်"ဟု စဉ်းစားကာ စိုးရိမ် ပူဆွေးနေ၏။ မကြာမီပင် ခိုးသားလုလင် သေဆုံး၍ ငရဲပြည့်၌ ငရဲဆင်းရဲကို ခံစားရပြန်၏။

တဏှာ့ကျွန်သည် ခိုးလည်း ခိုးဝံ့၏။ သတ်လည်း သတ်ဝံ့၏။ တဏှာ ခိုင်းစေရာ ခံနေရသော တဏှာ့ကျွန် မလုပ်ဝံ့သောအရာ လောကမှာ မရှိပေ။ ဆိတ်လောက်မှ မလိမ္မာသော ဤ တဏှာ့ကျွန် သူခိုးလုလင်သည် ပစ္စုပ္ပန်မှာလည်း ဆင်းရဲရ၏။ တမလွန်မှာလည်း ဆင်းရဲရ၏။ (**ပုပ္ဖရတ္တဇာတ်** ကို မှီးသည်။)

# အဝတ် သူခိုးမ

**ဣလ္လသာ၏ ဒဏ်ချက်** ရှေးက ပြည့်တန်ဆာမ တစ်ယောက်သည် ရုပ်ရည် ချောမောသလောက် ဆံပင် ကောင်းလှသဖြင့် သူ၏ ဆံပင်အလှကို မနာလိုကြသော အမျိုးသမီးများ သည် သူ၏ ခေါင်းလျှော်ရေထဲ၌ ဆံပင်ကျွတ်ဆေးများကို တိတ်တဆိတ် ထည့်ခတ်ထားလိုက်ကြ၏။ ထို ပြည့်တန်ဆာမ ခေါင်းလျှော်သောအခါ ဆံပင်အားလုံး ကျွတ်ကုန်သဖြင့် ခေါင်းတုံး ပြောင်လျက် နေ၏။ ဤ အဖြစ်ကို ရှက်လှသော ပြည့်တန်ဆာမသည် မြို့တွင်း၌ မနေဘဲ မြို့ပြင် မထင်မရှား တနေရာတွင် အရက်ဆိုင် ဖွင့်လျက် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း နေလေ၏။

**အကုသိုလ်ကံ** တစ်နေ့တွင် အရက်မူးသမား သုံး , လေးယောက် အရက် အမူးလွန်ကာ အိပ်ပျော်သွားကြသောအခါ သူတို့ကိုယ်မှ အဝတ်အစားများကို ထို ဆိုင်ရှင်အမျိုးသမီးက ချွတ်ယူ ပြီးလျှင် တစ်ရပ်တစ်ကျေးသို့ သွားရောက်နေထိုင်လေသည်။

**ကုသိုလ်ကံ** ကာလ အတန်ကြာသော် ဆွမ်းခံ ကြွလာသော ရဟန္တာမထေရ်မြတ် တစ်ပါးကို ထို အမျိုးသမီး ဖူးမြင်ရ၍ ကြည်ညိုလှသဖြင့် အိမ်သို့ ပင့်ကာ မွန်မြတ်သော နှမ်းညက်မုန့်ကို ကပ်လှူ၏။ "ဤ ကောင်းမှုကြောင့် တပည့်တော်မ၏ ခေါင်း၌ နူးညံ့ပျော့ပျောင်း ကောင်းမွန်ရှည်လျား အဖျားကော့ တက်သော ဆံပင်များ ပေါက်ရပါလို၏" ဟု ဆုတောင်း၏။

**ဆိုးကျိုးရော ကောင်းကျိုးပါ** ထိုအမျိုးသမီး ကွယ်လွန်သောအခါ သမုဒ္ဒရာ အလယ်၌ ရွှေဗိမာန်တွင် စံသည့်အခါ စံရ၍ ငရဲ၌ ခံသည့်အခါ ခံရသော **ဝေမာနိက ပြိတ္တာ** ဖြစ်ရ၏။ ရွှေဗိမာန်တွင် လေးလ စံ၍ ငရဲတွင် လေးလ ခံရ၏။ ရွှေဗိမာန်တွင် စံရသော်လည်း အဝတ် ခိုးခဲ့သည့် အကုသိုလ်ကံကြောင့် ဝတ်စရာ အဝတ် မရှိသဖြင့် ကိုယ်လုံးတီး စံနေရ၏။ သို့သော်လည်း ရဟန္တာ အရှင်မြတ်အား ရိုရိုသေသေ နှမ်းညက်မုန့် လှူပြီးလျှင် ဆုတောင်းခဲ့သဖြင့် ရှည်လျား များပြား အဖျားကော့တက်သော ဆံပင်များ ရှိ၍ ထို ဆံပင်များဖြင့် အရက်လုံအောင် ဖုံးကွယ်ထားရ၏။

ဤ ပြိတ္တာမ အဝတ် မရှိခြင်းနှင့် ငရဲ ခံရခြင်းမှာ အဝတ်ခိုးမှု အကုသိုလ်ကံကြောင့် ဖြစ်၏။ ကောင်းမွန် လှပသော ဆံပင်နှင့် ရွှေဗိမာန်၌ စံရခြင်းမှာ ရဟန္တာအား နှမ်းညက်မုန့်လှူသော ကုသိုလ်ကံကြောင့် ဖြစ်၏။

## အဒိန္နာဒါနမှ ရောင်ကြဉ်ကျိုး

ပိုင်ရှင်က ကြည်ဖြူစွာ မပေးသော ပစ္စည်းကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်၍ အကျိုးရပုံကို ပါမောက္ခ ဆရာကြီး၏ သမီး အလိမ္မာနှင့် ထိမ်းမြား လက်ထပ်ရသော တပည့်၏ ဖြစ်ရပ်ကို ပြန်၍ကြည့်ပါ။

## ကာမေသု မိစ္ဆာစာရကံ၏ ဆိုးကျိုးများ

ယောကျ်ားများသည် မိမိ၏ ဇနီးမှတပါး အခြားသော ပိုင်ဆိုင်သူ အုပ်ထိန်းသူ ရှိသည့် မိန်းမတို့နှင့် ပျော်ပါးလျှင် ကာမဂုဏ်တို့၌ မှားယွင်းစွာ ကျင့်ခြင်း=**ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ** ဖြစ်၏။ မိန်းမများသည်လည်း မိမိ၏ ခင်ပွန်းသည်မှတပါး အခြား ယောကျ်ားတို့နှင့် ပျော်ပါးလျှင် ကာမဂုဏ်တို့၌ မှားယွင်းစွာ ကျင့်ခြင်း=**ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ** ဖြစ်၏။ ဤ မိစ္ဆာစာရကို ကျူးလွန်သူသည်—

၁။ အပါယ် လားရခြင်း၊

၂။ မိန်းမ ဖြစ်ရခြင်း၊

၃။ နပုံးပဏ္ဍုက် ဖြစ်ရခြင်း၊

၄။ အများ အမုန်းခံရခြင်း၊

၅။ ရန်သူ များခြင်း၊

၆။ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြ များရခြင်း၊

၇။ ချမ်းချမ်းသာသာ မနေရခြင်း၊

၈။ ချစ်သူနှင့် ကွဲရခြင်း၊

၉။ မျက်နှာ မကြည်လင် မရွှင်ပြခြင်း စသော ဆိုးကျိုးများကို ခံစားရ၏။

ဤ မိစ္ဆာစာရ အမှုကို ရှောင်ကြဉ်လျှင် ဤ ဆိုးကျိုးများမှ ပြောင်းပြန်ဖြစ်သော ကောင်းကျိုးများကို ခံစားရ၏။

(ဋီကာဝိုဝတ် - ၃၊ ၂၂၄ )

## မိစ္ဆာစာရ၏ ဆိုးကျိုးများ

သူ့လင် သူ့မယား၊ မရှောင်ရှားဘဲ၊ ပြစ်မှားလေမူ၊ ထိုသည့်သူကား၊ ရန်သူပေါ်များ၊ ချစ်သူရှား၏၊ ယောက်ျား မပီ၊ မ,မပီဘဲ၊ မကြည်ဣန္ဒြေ၊ ကျက်သရေမရှိ၊ ဟိရီမကပ်၊ ဩတ္တပ်ကင်းကွာ၊ အင်္ဂါချို့တဲ့၊ ရှိန်စော်မဲ့၍၊ ချို့တဲ့ဥစ္စာ၊ ဆင်းရဲရှာ၏၊ ကွဲကွာချစ်သူ၊ သောကဆူလျက်၊ စိတ်ပူပြင်းပြ၊ စိုးကြောင့်ကြနှင့်၊ လားရဒုဂ္ဂတိ၊ ဆင်းရဲဖိသည်၊ ရ၏ ဆိုးကျိုးများစွာတည်း။

## မိစ္ဆာစာရ ရှောင်ကြဉ်ကျိုးများ

သူ့လင် သူ့မယား၊ မပြစ်မှားဘဲ၊ ရှောင်ရှားလေမူ၊ ထိုသည့်သူကား၊ ရန်သူကင်းငြား၊ ချစ်သူများ၍၊ ယောက်ျားပီသ၊ ချမ်းသာလှ၏၊ ကြောင့်ကြစိုးပူ၊ မရှိမူဘဲ၊ ချစ်သူနှင့်တွဲ၊ ပျော်ရွှင်မြဲမို့၊ စိတ်လည်း ရွှင်ကြည်၊ မျက်နှာကြည်သည်၊ နတ်ပြည်သို့ ဖြောင့်တန်း သူ၏လမ်း။

## သူတစ်ပါး သားမယား ပြစ်မှားသူ၏ အဖြစ်ဆိုး

**မိစ္ဆာစာရကံ** ရှေးက **ရေကစ္ဆမြို့**တွင် ရွှေပန်းထိမ် လုပ်ငန်းဖြင့် ချမ်းသာ ကြွယ်ဝနေသူ လုလင်တစ်ယောက် ရှိ၏။ ပန်းထိမ်ဆရာကလေးသည် ပစ္စည်းလည်းကြွယ်ဝ အရွယ်ကလည်း ကောင်းသဖြင့် အပျော်အပါး များလှ၏။ ကာမပိုင် ရှိသည်ဖြစ်စေ၊ မရှိသည်ဖြစ်စေ ရုပ်ရည် ချောမောသော အမျိုးသမီး မှန်သမျှ ပန်းထိမ်ဆရာကလေးနှင့် လွတ်ကင်းသူ အလွန်ရှား၏။

**ဆိုးလှသည့် အဖြစ်** ထိုပန်းထိမ်ဆရာလေး ကွယ်လွန်သောအခါ ထို **မိစ္ဆာစာရ** ကံကြောင့် ငရဲ၌ ကျရောက်ရ၏။

ငရဲမှ လွတ်ပြန်သောအခါ မျောက်ဘဝ၌ ဖြစ်ရပြန်၏။ မျောက်ကလေး ခုနစ်ရက်သား ရှိသောအခါ သင်းအုပ် မျောက်ကြီးက ဝှေးစေ့ကို ပါးစပ်ဖြင့် ကိုက်ထုတ်ကာ သင်းကွပ်ပစ်လိုက်၏။ မျောက်ဘဝမှ သေလွန်သောအခါ ဆိတ်ဘဝ၌ ဖြစ်ရပြန်၏။ ဆိတ်ဘဝ၌လည်း သင်းကွပ်ခံရပြန်၏။ နောက်တစ်ဘဝတွင်မူ နွားဖြစ်ရ၍ တစ်နှစ်သား အရွယ်တွင် သင်းကွပ်ခံရပြန်၏။ မျက်စိလည်း ကန်းရ၏။ မျက်စိကန်း၍ မကျန်းမာသော်လည်း ထွန်ဆွဲရ၊ လှည်းရုန်းရ၏။

နောက်တစ်ဘဝတွင်မူ ကျွန်မ၏သား ဖြစ်ရ၏။ သား ဆိုသော်လည်း ယောကျ်ားမဟုတ်၊ မိန်းမမဟုတ်၊ နပုံးပဏ္ဍုက်သာ ဖြစ်၏။ အသက် သုံးဆယ်တွင် သေဆုံး၍ ဆင်းရဲမွဲတေလှသော လှည်းကူလီ၏ သမီး ဖြစ်ရလေ၏။ လှည်းကုန်သည်ကြီးသည် ထို လှည်းကူလီ ထံမှ သမီးကို ကြွေးဖြင့် သိမ်းပိုက်လိုက်၏။ မိန်းကလေး ၁၆ နှစ် အရွယ် ရောက်သောအခါ မယားကြီး လက်ရှိဖြစ်သော လှည်းကုန်သည်ကြီး၏ သားက ချစ်လှပါသည် ဆိုကာ သိမ်းပိုက် လိုက်ပြန်၏။ ခင်ပွန်းသည်နှင့် မယားကြီးကို စိတ် ကြည်သာကြပါစေ သဘောနှင့် ဝတ္တရား ကျေပွန်အောင် နှိမ့်ချသော စိတ်ထားဖြင့် ဘယ်လိုပင် ပြုစုငြားသော်လည်း ချစ်ခင်မှုကိုမရ၊ အမုန်းသာ အဖတ်တင်ခဲ့၏။

**ဘဝများစွာ ဆင်းရဲပါ** ထိုဘဝမှ သေဆုံးရပြန်သော် **ဂေါတမ** မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်တွင် **ဥဇ္ဇေနီ**ပြည်၌ ချမ်းသာ ကြွယ်ဝလှသော သူဌေး၏ တစ်ဦးတည်းသော သမီး ဖြစ်လာ၏။ အရွယ်ရောက်သောအခါ **သာကေတ** သူဌေးသားနှင့် လက်ထပ် ထိမ်းမြားရ၏။ ခင်ပွန်းသည်နှင့် ပတ်သက်သမျှ မိဘ၊ မောင်နှမ၊ ဆွေမျိုးများပါ မကျန်ရအောင် ပေးတန်သည်ကိုပေး၊ ကျွေးတန်သည်ကို ကျွေးကာ ဝတ္တရားကျေအောင် ဆောင်ရွက် ပြုစု သော်လည်း မျက်နှာကောင်း မရဘဲ လင်ပစ်ခံရပြန်၏။ ဤနည်းဖြင့် အိမ်ထောင် သုံးဆက်တိုင်တိုင် လင်ပစ်မ ဘဝနှင့် ဒုက္ခ လှလှကြီး ရောက်ခဲ့ရ၏။

လူချမ်းသာ ပန်းထိမ်ဆရာလေး ဘဝက ငွေကို ရေလိုသုံးကာ ပျိုသော အိုသော မချန် ဖောက်ပြန် ကျူးလွန်ခဲ့သော **ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ**ကံ၏ ဆိုးကျိုးကား ကြီးမား ပြင်းထန်လှချေ၏။

**နိဂုံး** နောက်ဆုံးတွင် **ဇိနဒတ္တာထေရီမ**နှင့် တွေ့၍ ဘိက္ခုနီမ ပြုကာ တရားကျင့်မှပင် ရဟန္တာမဖြစ်ကာ **မိစ္ဆာစာရ** အကုသိုလ်၏ အကျိုးများ အဆုံးသတ်သွားတော့၏။

## မုသာဝါဒကံ၏ ဆိုးကျိုးများ

**မုသာဝါဒ သဘာဝ** သူတစ်ပါး၏ အကျိုး စီးပွါးကို ထိခိုက် ပျက်ပြားစေသော လိမ်ညာမှု လှည့်ပတ်မှု

ဟူသမျှသည် ဆိုးကျိုးရစေနိုင်လောက်အောင် ကံ မြောက်သည့် **မုသာဝါဒ** ချည်းဖြစ်သည်။ နှုတ်ဖြင့် မပြောဘဲ ကိုယ်အမူအရာဖြင့် လိမ်ညာလျှင်လည်း **မုသာဝါဒ** ပင်။

သူတစ်ပါး၏ အကျိုးစီးပွားကို မထိခိုက်စေဘဲ တစ်စုံတစ်ယောက် အကျိုးရစေလို၍ ပရိယာယ်သုံးခြင်း၊ အမှားကို သိစေခြင်း၊ ရယ်မြူးလို၍ ပြောဆို ပြုမူခြင်းများမှာ **မုသာဝါဒ** ပင် ဖြစ်စေကာမူ ဆိုးကျိုး ရစေနိုင်လောက်အောင် ကံ မမြောက်ပေ။

မြတ်စွာဘုရားသည်ပင် **နန္ဒမင်းသား** တရားရစေလို၍ နတ်သမီးတွေကို ရစေနိုင်သည့် နည်းလမ်းဟု ပရိယာယ်သုံးကာ တရားအကျင့် ခိုင်းတော်မူရ၏။

မမှန်စကား မုသားပြောဆိုသူသည်

၁။ အပါယ်သို့ လားရောက်ခြင်း၊

၂။ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ စသော ဣန္ဒြေများ မကြည်လင်ခြင်း၊

၃။ စကား မပီခြင်း၊ ဗလုံးဗထွေး ပြောတတ်ခြင်း၊

၄။ သွားမညီခြင်း၊

၅။ ပါးစပ်ပုပ်ခြင်း၊

၆။ အသားအရည် မစိုပြည်ဘဲ မွဲခြောက်ခြင်း၊

၇။ ကိုယ်ခန္ဓာ အချိုးမကျခြင်း၊

၈။ ဩဇာ မရှိခြင်း၊

၉။ နှုတ်ကြမ်း လျှာကြမ်းခြင်း၊

၁၀။ စိတ် မတည်ခြင်း စသော ဆိုးကျိုးများကို ရတတ်၏။

**မုသာဝါဒ** ကို ရှောင်ကြဉ်လျှင် ဤ ဆိုးကျိုးများမှ ပြောင်းပြန် ဖြစ်သော ကောင်းကျိုးများကို ရနိုင်၏။ (ဣတိဝုတ်-ဋ္ဌ၊ ၂၂၄)

## မုသာဝါဒ၏ ဆိုးကျိုးများ

မုသာဝါဒီ၊ ထိုသူသည်ကား၊ ပလီပလာ၊ သစ္စာမတည်၊ ပြောတတ်သည် မို့၊ မပီစကား၊ မညီသွားနှင့်၊ ပုပ်ဩွားပါးစပ်၊ကိုယ်ခြောက်ကပ်လျက်၊ ညစ်ထပ်ဣန္ဒြေ၊ ကိုယ်နေမလှ၊ ဩဇာကျ၏၊ နှုတ်ကကြမ်းထော်၊ စိတ်လျှပ်ပေါ်၍၊ သေသော်ဒုဂ္ဂတိ၊ လားရာဘိသည်၊ ရ၏ ဆိုးကျိုး များစွာတည်း။

## မုသာဝါဒ ရှောင်ကြဉ်ကျိုးများ

လှည့်စားလိမ်ညာ၊ ရှောင်ကြဉ်ခွါ၍၊ သစ္စာစကား၊ ပြောဆိုဩားမူ၊ စကားလည်း ပီ၊ သွားလည်း ညီ၍၊ သားရည်စိုပြေ၊ ကိုယ်နေလှပ၊ အချိုးကျ၏၊ နှုတ်ကချိုသာ၊ ထက်ဩဇာနှင့်၊ စိတ်မှာတည်လျင်း၊ ပျံ့လွင့်ကင်း၍၊ ခံတွင်းနံ့ကြိုင်၊ သင်းပျံ့လှိုင်သည်၊ ပိုင်ပိုင်တက်လှမ်း နတ်တို့နန်း။

## လိမ်ညာရမှာ ကြောက်စရာ

**ဟိမဝန္တာ** ဟိမဝန္တာ တောကြီးသည် အတွင်းပိုင်းရောက်လေ တောနက်လေ ဖြစ်၏။ မြင့်မားသော သစ်ပင်ကြီးများ၊ ရေအိုင်ကြီးများ၊ မြစ်ငယ် ချောင်းငယ်များ၊ လျှိုမြောင် ချောက်ကြားများ နှင့် ပြည့်နေ၏။

**ခရီးသည် နှစ်ဦး** တောကြီး၏ တစ်နေရာတွင် ရေစီးသန်သော မြစ်လက်တက် တစ်ခုသည် ဂင်္ဂါမြစ်မကြီးထဲသို့ စီးဝင်နေ၏။ ထို မြစ်ဆုံနေရာ၌ ရသေ့ကြီးတစ်ပါးသည် ခရီးသည် နှစ်ဦးကို စိတ်ရှည်လက်ရှည် လမ်းခရီးအကြောင်း ရှင်းပြနေ၏။ ခရီးသည် နှစ်ဦးအနက် တစ်ဦးမှာ ဖြူစင်သော အသားနှင့် ခန့်ညားချောမောသော ရုပ်သွင်ရှိ၍ အခြားတစ်ဦးမှာ ညိုမှောင်သော အသားနှင့် ကြမ်းတမ်းသော ရုပ်သွင်ရှိ၏။

ခရီးသည်နှစ်ဦးသည် ရသေ့ကြီးကို ရိုသေစွာ ကန်တော့ပြီးလျှင် မြစ်လက်တက်၏ ကမ်းစပ်အတိုင်း မြစ်ညာသို့ ခရီးဆက်ခဲ့ကြ၏။ မြစ်လက်တက်မှာ ရေစီးသန်လှသဖြင့် မြစ်တွင်းက သွား၍မဖြစ်ပေ။ လူသူမရောက်သည့်နေရာ ဖြစ်သဖြင့် လျှိုမြောင် ချောက်ကြားနှင့် ကျောက်တုံးကြီးများကို ကျော်လွှား ဖြတ်သန်းကာ သွားနေရသောကြောင့် ခရီးမတွင်လှပေ။ သို့သော်လည်း ခရီးသည် နှစ်ဦး၏ မျက်နှာတွင် စိတ်ပျက် အားလျော့သည့် အသွင်မရှိဘဲ စိတ်အား ထက်သန်သည့် အသွင်သာ ပေါ်လွင်နေ၏။

**ကဏ္ဍမုဏ္ဍအိုင်** သုံးယူဇနာခန့် သွားမိသောအခါ တောင်ခေါင်း တစ်ခုကို တွေ့ရ၏။ အချိန်ကလည်း မှောင်စပျိုး၍ မိုးချုပ်နေလေပြီ။ ဤနေရာ၌ မြစ်လက်တက်သည် တောင်ခေါင်းတွင်းမှ စီးဆင်းလာ၏။ ခန့်ညားချောမောသော ခရီးသည်သည် သူ့အဖော် ခရီးသည်ကို လာလမ်းအတိုင်း ပြန်လွှတ်လိုက်၏။ သူကမူ အသင့်ပါလာသော မီးရှူးတိုင်ကို မီးညှိထွန်းပြီးလျှင်

တောင်ခေါင်း အတွင်းသို့ ဝင်သွား၏။ မှောင်မိုက်လှသော တောင်ခေါင်းအတိုင်း တစ်ညလုံး ခက်ခက်ခဲခဲဖြင့် ခရီးဆက်ခဲ့ရာ မိုးလင်းသောအခါ တောင်ခေါင်း တစ်ဘက်ပေါက်မှ ထွက်မိလျက် ရှိလေပြီ။ မြစ်လက်တက် အတိုင်း အတန်ကြာမျှ ခရီးဆက်မိ၍ မြစ်လက်တက်ဆုံးသွားသောအခါ ကြီးမားလှသော ရေအိုင်ကြီး တစ်အိုင်ကို တွေ့ရ၏။ ဤ အိုင်ကြီးကား **ကဏ္ဏမုဏ္ဍ** အိုင်ကြီးဖြစ်၏။

**မျှော်လင့်ထားသည့်အတိုင်း** ရေအိုင်ကြီး၏ အနီးတွင် သီးပင်မျိုးစုံ ပန်းမျိုးစုံတို့ဖြင့် အလွန်သာယာလှသော ဥယျာဉ်ကြီးကို တွေ့ရ၏။ သရက်ပင်တို့မှာမူ အခြားသစ်ပင်တို့ထက် ပိုမို များပြား၏။ ခရီးသည်ကြီး ဥယျာဉ်အတွင်းသို့ ဝင်လိုက်မိလျှင်ပင် သူတစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ မတွေ့ဘူးသော နတ်သမီးတမျှ ချောမောလှပသည့် အမျိုးသမီး တစ်သိုက်သည် သူ့အနီးသို့ ဝိုင်းအုံရောက်လာကြကာ ရှိသေလိုက်လှဲစွာ ခရီးဦးကြိုပြီးလျှင် ရွှေရောင် ငွေရောင် ရတနာရောင် တို့ဖြင့် ဝင်းပြောင်တောက်ပနေသော ပြဿဒ်ဆောင် ဘုံနန်းပေါ်သို့ ပင့်ခေါ်သွားကြ၏။

ရွှေဘုံမြနန်းပေါ်သို့ ရောက်သောအခါ မွှေကြိုင်လှသော နံ့သာရေတိုဖြင့် ရေချိုးပေးကြပြီးလျှင် နတ်သုဒ္ဓါတမျှ အရသာရှိလှသော စားကောင်းသောက်ဖွယ်တို့ကို ကျွေးမွေးကြပြီးနောက် ရတနာ ခနစ်ပါး စီခြယ်ထားသော သလွန် ညောင်စောင်းပေါ်၌ နားနေအိပ်စက်စေ၏။

ခရီးသည်ကြီးကား **ဗာရာဏသီ** ပြည့်ရှင်ဘုရင် မင်းတရားကြီး တည်း။ သူသည် လူသူမနီးသော ဟိမဝန္တာ တောကြီးအလယ်၌

နတ်မိမယ်တမျှ တင့်တယ်လှပသော အမျိုးသမီးတို့ကို တွေ့ရသော်လည်း အံ့အားသင့်ခြင်း၊ အံ့သြခြင်း မဖြစ်ပေ။ အကြောင်းမှာ ထူးဆန်းလှသော ဤ အမျိုးသမီးတို့၏ သတင်းကို သူ ပြန်လွှတ်လိုက်သော လမ်းပြ မုဆိုးကျော်ထံမှ ကြားသိရ၍ ဤ အမျိုးသမီးများကို မြင်လို တွေ့လိုသော ဇောဖြင့် ဤတောနက်ထဲသို့ ခက်ခဲပင်ပန်းစွာ လာရောက်ခြင်း ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

**ရေငတ်နေသူများ** နှစ်ပေါင်းများစွာ အဖော်မဲ့နေမှုကြောင့် အဖော်ဆာနေကြသော ဤ အမျိုးသမီးများမှာ ရေငတ်တုန်း ရေတွင်းထဲ ကျသကဲ့သို့ ရတ်တရက် ဤ မင်းကြီးကို တွေ့သောအခါ အငမ်းမရ ဝိုင်းဝန်းပြုစုကြတော့၏။ အမျိုးသမီးများမှာ ငါးရာမျှ ရှိ၍ မင်းကြီးမှာ ခေါင်းဆောင်အမျိုးသမီးနှင့်သာ နေ့ရောညပါ အတူနေရ၏။ ကျန် အမျိုးသမီးများမှာ ခေါင်းဆောင်အမျိုးသမီး၏ အခိုင်းအစေများ ဖြစ်ကြဟန် တူပေသည်။

မင်းကြီးမှာ သာယာလှသော ဥယျာဉ်ကြီး၏အနီး ရတနာရောင် တပြောင်ပြောင် တောက်ပနေသော ရွှေဘုံမြနန်းကြီးအတွင်း၌ နတ်မိမယ် တမျှ လှလွန်းလှသော အမျိုးသမီးတို့၏ အမျိုးမျိုးသော အပြုအစု အယုအယ တို့၏ အကြားတွင် စည်းစိမ်ခံစားနေရရာ ဗာရာဏသီ ပြည်ကြီးနှင့် တကွ ထီးနန်းစည်းစိမ်ကိုပါ အမေ့ကြီး မေ့နေတော့၏။

**ဗာရာဏသီ** ထီးနန်းစည်းစိမ်နှင့် နှိုင်းစာလျှင် ဓိုးသိုးစေ့နှင့် မြင့်မိုရ်တောင်ပမာ ကွာခြားလှသော ဤ စည်းစိမ်ကို မင်းကြီး ခံစားနေခဲ့ရာ နှစ်ပေါင်း ၁၅၀ မျှ ကြာသွား၏။

**ထူးဆန်းသောည** တစ်ညတွင် ညကြီးသန်းကောင်အချိန်၌ သူ၏ ကြင်ယာ အမျိုးသမီးသည် သူနှင့်အတူ အိပ်စက်နေရာမှ အသာထ၍ နန်းပြာသာဒ်အောက်သို့ တစ်ယောက်တည်း ဆင်းသွားသည်ကို သတိပြုမိလိုက်၏။ ထူးဆန်းလှသဖြင့် မင်းကြီးသည် အိပ်ရာမှ ထပြီးလျှင် မလှမ်းမကမ်းမှ မသိမသာ နောက်ယောင်ခံ၍ လိုက်သွား၏။

အမျိုးသမီးသည် ရေအိုင်ကြီးဆီသို့ လေးလံသော ခြေလှမ်းများဖြင့် အိပ်မက်မက်ရင်း သွားနေသူကဲ့သို့ ဖြည်းဖြည်းလေးလေးကြီး သွားနေ၏။ ရေအိုင်ကြီး အနီး၌ ထူးဆန်းသော အိုင်ငယ်တစ်ခုရှိရာ ထို အိုင်ငယ်၏ ကမ်းပေါ်သို့ ရောက်သောအခါ ကမ်းပေါ်၌ ရပ်၍ အိုင်ကြီးအတွင်းသို့ ကြည့်နေ၏။ သူရပ်နေသည်မှာ လရောင်ကျရာ နေရာ၌ ရပ်နေခြင်းဖြစ်၍ သူ့မျက်နှာတွင် ညှိုးငယ်၍ တုန်လှုပ်ချောက်ခြားလျက် တစ်စုံတစ်ရာ မျှော်လင့် စောင့်စားနေသည့် အသွင်ကို မင်းကြီး မလှမ်းမကမ်းမှ တွေ့မြင်နေရ၏။

**ကြောက်မက်ဖွယ်ည** ခဏမျှ အကြာတွင် ရေအိုင်ငယ် အတွင်းမှ ဆင်ပေါက်ငယ်တမျှ ကြီးမားလှသော ကြောက်မက်ဖွယ်ရာ ခွေးနက်ကြီးတစ်ကောင် တက်လာပြီးလျှင် အမျိုးသမီးဆီသို့ သွားနေ၏။ ခွေးနက်ကြီးမှာ နားရွက် မပါပေ။ မျက်လုံးကြီးများမှာ နီရဲနေ၏။ ကြီးမား၍ ဖြူဖွေးနေသော အစွယ်ကြီးများ၊ တွဲလျားကျနေသည့် လျှာကြီးအပြင် ရှည်လျားကြီးမားလှသည့် ခြေသည်းကြီးများနှင့် ကြမ်းတမ်းပုံရသည့်

အမွေးရှည်ကြီးများ ရှိ၍ မင်းကြီးမှာ ကျောစိမ့်အောင် ကြောက်သွေးတွေဝင်လာ၏။

တောနက်ကြီးအလယ် တိတ်ဆိတ်လှသော ညသန်းခေါင်အချိန်ကြီးဝယ် ကြောက်စရာကောင်းလှသော ဤ သတ္တဝါနက်ကြီးတစ်ရွေ့ရွေ့ သွားနေပုံနှင့် ဤ သတ္တဝါကြီး မိမိထံ လာနေပါလျက်ပြေးရမှန်း မသိဘဲ အနည်းငယ်မျှ မလှုပ်ရှားဘဲ လူသေကောင်ကြီးသဖွယ် တောင့်တောင့်ကြီး ရပ်နေသော အမျိုးသမီး။ မြင်ကွင်းတစ်ခုလုံးကား စိတ် ချောက်ခြားဖွယ် ကောင်းလှ၏။ မင်းကြီးသည်မိမိမှာ မည်သည့် လက်နက်မျှ မယူဆောင်ခဲ့မိသဖြင့် ဒီသတ္တဝါကြီးများငါ့ကို မြင်လို့ ငါ့ဆီ လာလိုက်မှဖြင့်ဟု တွေးမိကာ ကြက်သီးထသွား၏။

သတ္တဝါကြီးသည် အမျိုးသမီး အနီးသို့ ရောက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် အမျိုးသမီး၏ လယ်မျိုကို ကိုက်ခဲလိုက်ကာ မြေပေါ်သို့လှဲချလိုက်ပြီးလျှင် တစ်ကိုယ်လုံးရှိ အသားများကို စားပစ်လိုက်ရာတစ်ခဏအတွင်းမှာပင် အရိုးစုမျှသာ ကျန်သည်အထိ ဖြစ်သွား၏။ ထိုအခါမှ သတ္တဝါကြီးသည် အရိုးများကို ကိုက်ချီကာ အိုင်ငယ်အတွင်းသို့ ပစ်ချလိုက်ပြီးလျှင် အိုင်ထဲသို့ ဆင်းသွားပြီးနောက်ပျောက်ကွယ်သွားတော့၏။

**ဆန်းလွန်းလို့** တစ်ခဏချင်းပင် အိုင်ထဲမှ မိန်းမတစ်ယောက်တက်လာသည်ကို တွေ့ရ၏။ သေချာစွာ ကြည့်သောအခါ မကြာမီ မိနစ်ပိုင်းအတွင်းက ခွေးနက် နားရွက်တိုကြီးအစားခံလိုက်ရသော မိမိ၏ ကြင်ယာ အမျိုးသမီး ဖြစ်နေသည်ကိုတွေ့ရ၍ မင်းကြီး အလွန်အမင်း အံ့သြသွား၏။

အဖြစ်အပျက်တို့က လျှင်မြန်လှ၏။ တခဏချင်းအတွင်း မှာပင် မယုံကြည်နိုင်လောက်အောင် ထူးဆန်းသော အဖြစ်အပျက်တို့ မိမိမျက်စိရှေ့တွင် လျှပ်ပြက်သကဲ့သို့ ဖြစ်ပျက်သွားကြသည်ကို တွေ့ရသော မင်းကြီးသည် အံ့အားသင့်ကာ ကြက်သေ သေနေ၏။ သို့သော် အိုင်ထဲမှ တက်လာသော သူ၏ကြင်ယာ အမျိုးသမီး ရွှေဘုံ ဗိမာန်ဆီသို့ ပြုံးရွှင် ကြည်လင်သော မျက်နှာဖြင့် ပြန်လာ နေသည်ကို သတိပြုမိမှပင် ချက်ချင်း ပြန်လှည့်ကာ အမျိုးသမီး မမြင်မီ အိပ်ခန်းသို့ ရောက်အောင် ပြန်ခဲ့ပြီးလျှင် သလွန် ညောင်စောင်းတွင် လျောင်းကာ အိပ်ပျော်ဟန် ဆောင်နေလိုက်၏။

**ဣန္ဒြေမပျက်** အမျိုးသမီးသည် အိပ်ခန်းသို့ ပြန်လာပြီးလျှင် ဘာမှ မဖြစ်သကဲ့သို့ပင် အိပ်နေလေ၏။ နံနက်လင်းသော အခါ၌လည်း မည်သို့မျှ မထူးခြားဘဲ မင်းကြီးကို ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင်ဖြင့် ပြုစုမြဲ ပြုစု၏။ မင်းကြီးလည်း ဘာတစ်ခွန်းမျှ မမေးမမြန်းဘဲ ဘာမှမသိသလို ဟန်မပျက် နေလိုက်၏။ သို့သော် ညက တွေ့လိုက် မြင်လိုက်ရသော ထူးဆန်းလှသည့် မြင်ကွင်းကိုမူ မင်းကြီး၏ စိတ်အစဉ်မှ ဖယ်ထုတ်၍ မရပေ။ စိတ်မေးခွန်းတွေသာ ထပ်ခါတလဲလဲ မေးနေ၏။ အဖြေကား ပေါ်မလာပေ။

**ငရဲခွေးကြီး၏ နိဂုံး** ဒုတိယ ညဥ့်၌လည်း ပထမညက အတိုင်းပင် တွေ့ရပြန်၏။ တတိယညတွင်မူ မင်းကြီး သည် လက်စွဲတော် လေးကို ယူသွား၏။ အမျိုးသမီးကို ခွေးနက် နားရွက်တိုကြီး ကိုက်ခဲနေစဉ် ခွေးနက်ကြီးကို လေးဖြင့် ပစ်လိုက်ရာ နေရာတွင်ပင် လဲကျ သေဆုံးပြီး ပျောက်ကွယ်သွား၏။ အမျိုးသမီး

ကိုလည်း ရိုက်နှက်ပြီးလျှင် အိုင်ငယ်ထဲသို့ ပစ်ချလိုက်ရာ ယခင် ညများလိုပင် ပြုံးရွှင် ကြည်လင်သော ပကတိရုပ်သွင်ဖြင့် အိုင်ထဲမှ တက်လာသည်ကို တွေ့ရ၏။

**ဇာတ်ကြောင်းပြန်** မင်းကြီးသည် ယခင်ညများကလို အိပ်ခန်းသို့ မပြန်ဘဲ ကမ်းပေါ်မှပင် အမျိုးသမီးကို စောင့်နေ၏။ အမျိုးသမီး မိမိအနီးသို့ ရောက်လာမှ "ဘယ်လိုလဲ၊ ထူးဆန်းလှ ချည်လား၊ ဘယ်လို ဖြစ်တာလဲ၊ ပြောပြစမ်းပါအုံး"ဟု အမျိုးသမီးကို မေးရ၏။ အမျိုးသမီးက –

"သိချင်လို့ ရှိမှတော့ ပြောပြပါ့မယ် အရှင်မင်းကြီး။ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်း ခုနစ်ရာလောက်က **ကဿပ**မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် အခါမှာ **ကိမိလ** ဆိုတဲ့မြို့ ရှိခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီမြို့မှာ ကျွန်မ နေခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်မရဲ့ ခင်ပွန်းသည်က သောတာပန် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတော့ အပေါင်းအဖော် ဥပါသကာ ငါးရာနဲ့အတူ ကောင်းမှု ကုသိုလ် လုပ်ငန်းတွေကိုပဲ ဆောင်ရွက်နေပါတယ်။ ကျွန်မတို့ ဇနီးသည်တွေကလည်း ရတနာသုံးပါး ကိုင်းရှိုင်းတဲ့ ဥပါသိကာမတွေ ဖြစ်တော့ ခင်ပွန်းသည်တွေနဲ့ တန်းတူ ကုသိုလ် ကောင်းမှုတွေကိုပဲ ပြုလုပ်ကြပါတယ်။

"သို့သော်လဲ တစ်နေ့မှာ ယောကျ်ားတစ်ယောက်က နည်းအမျိုးမျိုးနဲ့ သွေးဆောင်တော့ ကျွန်မလဲ စိတ်မနိုင်ဘဲ အဲဒီ ယောကျ်ားနဲ့ဖောက်ပြား ကျူးလွန်မိပါတယ်။ ဒါကို ကျွန်မအဖော် အမျိုးသမီးများလဲ သိကြပါတယ်။ ဒီကိစ္စ ခင်ပွန်းသည် သိလို့ မေးတော့ ကျွန်မက မဟုတ်ရကြောင်း

ငြင်းရုံမကဘဲ 'ရှင်ပြောသလို မဖောက်ပြားရရိုး အမှန်ပါ၊ တကယ်လို့ ဖောက်ပြားမိရင် ဟောဒီ ခွေးနက် နားရွက်တိုကြီးရဲ့ အစား ခံရပါစေသား'လို့ အနားမှာ ရှိနေတဲ့ ခွေးနက်နားရွက်တိုကြီးကို လက်ညှိုး ထိုးပြပြီး မုသားကျိန်စာ ဆိုခဲ့ပါတယ်။

"အခု ညညမှာ အရှင်မင်းကြီး မြင်ရတဲ့အတိုင်း ကျွန်မ ခွေးနက်ကြီး အစားခံရတာဟာ အဲဒီ ဖောက်ပြားမှုနဲ့ လိမ်ပြောမှု အကုသိုလ် ကံတွေကြောင့်ပါပဲ။ နေ့အခါမှာ စည်းစိမ် ခံစားရတာကတော့ ရတနာသုံးပါး ဆည်းကပ်ပြီး ကောင်းမှု ကုသိုလ်တွေ ပြုခဲ့လို့ပါပဲ။"

"ဒါဖြင့်ရင် မင်းတို့က လူတွေလား၊ နတ်တွေလား၊ ဘာတွေလဲ"

"ကျွန်မတို့က လူလဲမဟုတ်၊ နတ်လဲ မဟုတ်ပါဘူး။ **နေ့စံညခံရတဲ့ ဝေမာနိကပြိတ္တာ** တွေပါ။ ကုသိုလ် ကောင်းမှုကြောင့် နေ့အခါမှာ နတ်စည်းစိမ် ခံစားရပါတယ်။ ညအခါမှာတော့ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကြောင့် အခု အရှင်မင်းကြီး မြင်ရတဲ့အတိုင်း ငရဲ ဆင်းရဲတစ်မျိုးကို ခံစားရပါတယ်"

"နေပါအုံး၊ ဟို.. မင့် အဖော်တွေ ကတော့ကော ဘယ်လိုလဲ။"

"သူတို့က ကျွန်မ ဖောက်ပြားတာ သူတို့ မသိရကြောင်း လိမ်ပြောပြီး သူတို့ပြောတာ မမှန်လျှင် ကျွန်မရဲ့ ကျွန်မတွေ ဖြစ်ရပါစေသားလို့ မုသား ကျိန်စာဆိုလို့ အခု ကျွန်မရဲ့ အခိုင်းအစေတွေ လာဖြစ်နေကြတာပါ။"

**ထိတ်လန့် သံဝေဂ** ထိုအခါမှ မင်းကြီးသည် သူ့ကိုယ်သူ အရှင်လတ်လတ် ပြိတ္တာဘုံရောက်ကာ ပြိတ္တာမတွေနှင့် ပေါင်းဖော် နေမိကြောင်း သိရပြီး ထိတ်လန့် တုန်လှုပ်သွား၏။ ထိုမိန်းမတို့ကို ချစ်ခင် နှစ်သက် တပ်မက်စိတ်တို့လည်း ကြက်ပျောက် ငှက်ပျောက် ပျောက်ကုန်တော့၏။

သီလ ပျက်စီးခြင်းကြောင့် ခံစားရသည့် ဆင်းရဲကျိုးကား ကြီးမားလှပေစွဟု ထိတ်လန့် သံဝေဂစိတ်တွေလဲ တစ်ဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်နေ၏။

ထို့ကြောင့် သူ့ကို **ဗာရာဏသီပြည်**သို့ ပြန်ပို့စေလိုကြောင်း သူ့ကြင်ယာ **ဝေမာနိက** မိန်းမလှအား တောင်းပန်၏။

**လှတာ မမက်ဝံ့တော့** ပြိတ္တာမကား မင်းကြီးအပေါ်၌ မခွဲနိုင် လောက်အောင်ပင် သံယောဇဉ် ငြိလျက်ရှိနေလေပြီ။ ထို့ကြောင့် သူနှင့်သာ သေတစ်ပန် သက်တစ်ဆုံး ပေါင်းသင်း နေထိုင်ကာ နတ်စည်းစိမ်ကို ခံစားနေရန် ငိုယိုလျက် အတန်တန် တောင်းပန်၏။ မင်းကြီးကလည်း ပြန်ပို့ပေးရန်ကိုသာ ထပ်ခါတစ်လဲလဲ တောင်းဆိုနေသဖြင့် ပြိတ္တာမသည် မချိလှသော လွမ်းစိတ်ကို အတင်း မျိုသိပ် ချုပ်တည်းလျက် မင်းကြီး အလိုကျ **ဗာရာဏသီပြည်**သို့သာ ပြန်ပို့လိုက်ရ၏။ **(ပေတဝတ္ထု - ၄၊ ၁၄၀)**

မှသား ကျိန်စာကြောင့် ခံစားရသည့် ဆင်းရဲကျိုးကား ကြောက်မက်ဖွယ်ရာ ကြီးမားလှချေ၏။

## သုရာမေရယ

**သုရာမေရယ ဆိုတာ** သောက်သူ၊ စားသူ၊ ရှူသူတို့ကို မေ့လျော့စေတတ် မူးယစ်စေတတ်သော သောက်စရာ၊ စားစရာ၊ ရှူစရာ ဟူသမျှသည် သေရည်သေရက် သို့မဟုတ် အရက် သေစာ= **သုရာမေရယ** ချည်းပင်။ အပ်ဖြင့် အသားထဲသို့ ထိုးသွင်းရသော ပက်သဒင်း စသော မူးရစ်ဆေးရည်လည်း အပါအဝင် ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် တောအရက်၊ မြို့အရက်၊ နိုင်ငံခြားအရက်၊ ထန်းရည်၊ ဓနိရည်၊ ဘိန်းဘင်း၊ ကဇော်၊ လှော်စာ၊ ဘိန်းဖြူ၊ ဆေးခြောက်၊ ကုတ်ကင်း၊ မာဖီးယား၊ အယ်လ်အက်စ်ဒီ(LSD)၊ ဘီယာအမျိုးမျိုးစသော မူးယစ်ဆေး ဟူသမျှ အရက်သေစာ= **သုရာမေရယ** တို့ချည်းသာတည်း။

**မကောင်းမှု** ဤ အရက်သေစာ စသော မူးယစ်ဆေး သောက်သုံးမှီဝဲခြင်းသည် သောက်သုံးသူကိုဖြစ်စေ၊ သောက်သုံးသူနှင့် ဆက်စပ်နေသူ ကိုဖြစ်စေ၊ နှစ်ဦးစလုံးကို ဖြစ်စေ အကျိုးပျက်ပြားစေတတ်သောကြောင့် အပြစ်ရှိသော အမှုဖြစ်၍ မကောင်းမှု အကုသိုလ် ဖြစ်၏။

အရက်သေစာ သောက်စားသူသည် အကောင်း အဆိုး အမှား အမှန်ကို ဝေဖန် ခွဲခြားတတ်သော အသိဉာဏ် ကင်းနေသဖြင့် အဆိုးရွားဆုံးဖြစ်သော မကောင်းမှုကိုပင် ကျူးလွန်မိတတ်၏။

**အနံ့အရသာ မထင်ရှားလျှင်** အရက်နံ့ အရက်အရသာ မထင်ရှားသော ဆေးဝါးများကိုမူ အရက်ပင် ပါစေဦးတော့ ရဟန်းတော်များ သောက်သုံးနိုင်သည်ဟု မြတ်စွာဘုရား ခွင့်ပြုထား၏။ ထို့ကြောင့် ရှင်သာမဏေများနှင့် ဥပုသ်သည်များသည် လည်း ထိုကဲ့သို့သော ဆေးဝါးများ သောက်သုံး မှီဝဲခြင်းကြောင့် သီလ မပျက်စီးကြောင်း မှတ်ယူနိုင်ပေသည်။

## သုရာမေရယကဲ၏ ဆိုးကျိုးများ

အရက်သေစာ သောက်စားသူသည်

၁။ သတိ ကင်းလွတ်ခြင်း၊
၂။ အရှက် မရှိခြင်း
၃။ အကောင်းအဆိုး အမှားအမှန် မခွဲခြားတတ်ခြင်း၊
၄။ ခိုက်ရန်ဒေါသ ဖြစ်ပွားခြင်း၊
၅။ မကောင်းသတင်း ပျံ့နှံ့ခြင်း၊ ကျက်သရေ မရှိခြင်း၊
၆။ ရောဂါများခြင်း
၇။ ကိုယ်လက်အင်္ဂါ တုန်ခြင်း၊
၈။ ဖွားလာသော သားသမီးများ စိတ်ဓာတ် ကျပ်မပြည့်ခြင်း၊
၉။ လုပ်ဆောင်စရာ လုပ်ငန်းကိစ္စတို့ကို မေ့လျော့ခြင်း၊
၁၀။ စီးပွါး ပျက်ခြင်းမှစ၍ အပါယ် ဒုဂ္ဂတိဘုံ လားရောက် ရသည် အထိ ဆိုးကျိုးများကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်၏။

ယင်း အရက်သေစာကို ရှောင်ကြဉ်လျှင် ဤဆိုးကျိုးများမှ ပြောင်းပြန်ဖြစ်သော ကောင်းကျိုးတို့ကို ရနိုင်၏။

**(ဒီ၊ ၃၊ ၁၄၈။ ဋ္ဌကတိဝုတ် – ၄၊ ၂၂၄ စသည်။)**

## သုရာမေရယ၏ ဆိုးကျိုးများ

အရက်သေစာ၊ သောက်စားပါမူ၊ ရောဂါလည်းများ၊ ခိုက်ရန်ပွါး၍၊ စီးပွါးလည်းပျက်၊ နာမည်ပျက်၏၊ ကြောက်ရက်မဲ့လျင်း၊ သတိကင်းလျက်၊ လုပ်ခင်းဆောင်တာ၊ မေ့လျော့ကာဖြင့်၊ ပညာလည်းမဲ့၊ ဉာဏ်နုံ့နဲ့၍၊ ကင်းမဲ့ဆင်ခြင်၊ မြော်မြင်မရှိ၊ ပြုမိပြုရာ၊ ပြုတတ်စွာ၏၊ ဝါစာဖရု၊ ပိသုမုသာ၊ ထင်ရာပြောကြား၊ သမီးသားလည်း၊ စိတ်ထားမတည်၊ ဟိရီမကပ်၊ ဩတ္တပ်မယှဉ်၊ ကတညုတ (ကတင်ညုတ)၊ ကတဝေဒီ၊ မသိတတ်ငြား၊ ဓိုးသမားသည်၊ လေးပါးအပါယ် ဖြောင့်ဖြောင့်တည်း။

## သုရာမေရယ ရှောင်ကြဉ်ကျိုးများ

အရက်သေစာ၊ ရှောင်ကြဉ်ပါမူ၊ ရောဂါလည်းကင်း၊ ခိုက်ရန်ရှင်း၍၊ သီတင်းကောင်းပြေး၊ ရပ်တိုင်းမွှေး၏၊ လုပ်ရေးဆောင်တာ၊ ရှိသောခါလည်း၊ မကွာသတိ၊ လုပ်ဆောင်ဘိ၏၊ ဖွားတိလေငြား၊ သမီးသားလည်း၊ စိတ်ထားတည်ကြည်၊ ဟိရီဩတ္တပ်၊ အစဉ်ကပ်လျက်၊ မြဲချုပ်သတိ၊ သူ့မှာရှိသည်၊ ဂတိဖြောင့်တန်း၊ ထက်သို့လှမ်း။

## အရက်ကြောင့် အဆင်းရဲကြီး ဆင်းရဲရ

**အသားစားကြူးသူ** ဗာရာဏသီပြည်၌ ဘုရင်တစ်ပါးသည် အရက်နှင့် အသားကို အလွန်ကြိုက်၏။ အရက်မသောက်ဘဲ မနေနိုင်သလို အသားမစားဘဲလည်း မနေနိုင်ပေ။ အရက် သောက်တိုင်းလည်း အမြည်းအဖြစ် အသားပါရ၏။ အသားမပါဘဲလည်း မည်သည့်အခါမျှ ပွဲတော်မတည်ချေ။

ဥပုသ်နေ့များ၌ **မာဃာတသမယ=** သားမသတ်ရဟု တားမြစ်ထားရာ ဥပုသ်နေ့မတိုင်မီ အလျင်တစ်နေ့က အသားကို ကြိုတင်ဝယ်ထားရ၏။ တစ်ခါသော် ထိုသို့ ကြိုတင်ဝယ်ထားသော အသားကို ခွေးစားသွား၍ ဥပုသ်နေ့ ပွဲတော်အုပ်တွင် အသားဟင်း မပါနိုင်တော့ချေ။ အသားဟင်းမပါသော ပွဲတော်အုပ်ကို မဆက်သဝံ့သဖြင့် စားတော်ကဲသည် မိဖုရားကြီးထံ ချဉ်းကပ်၍ အကြံဉာဏ်တောင်းရ၏။

**မိဖုရားကြီး၏ အကြံ** မိဖုရားကြီးက မင်းကြီးသည် သားတော်လေးကို အသည်းနှင့်အောင် ချစ်သူဖြစ်၍ သူ့ရင်ခွင်ထဲမှာ သားတော်ကလေး ရှိနေခိုက် ပွဲတော်ဆက်လျှင် သားကို ချစ်သည့်ဇောကြောင့် ပွဲတော်အုပ်ကို ဂရုမစိုက်နိုင်သဖြင့် အသားဟင်း မပါသည်ကို သတိပြုမိမည် မဟုတ်ကြောင်း အကြံပေးလိုက်၏။

ဤ အကြံအတိုင်း မိဖုရားနှင့် စားတော်ကဲ တိုင်ပင်၍ ပွဲတော်တည်ခါနီးတွင် မိဖုရားက သားတော်လေးကို ဘုရင့် ရင်ခွင်ထဲသို့ ထည့်ပေးလိုက်၏။ မျက်ထောင့်နီ၍ အာလေး လျှာလေးဖြစ်နေသော ဘုရင်သည် ရင်ခွင်ထဲမှ သားတော်လေးကို တစိမ့်စိမ့်ကြည့်ရင်း ချစ်ပီတိတွေ ဝေနေ၏။

**ကြောက်စရာအရက်** ထိုအချိန်တွင် စားတော်ကဲက ပွဲတော်အုပ်ကို ယူလာ၍ ဆက်သ၏။ ဘုရင်သည် အရက်အလွန် မူးနေပါလျက် ပွဲတော်အုပ်၌ အသားမပါသည်ကို ချက်ချင်းသိသွား၏။ "အသားဟင်း ဘယ်မလဲ" ဟုမေးကာ ဒေါသအမျက်ခြောင်းခြောင်း ထွက်နေ၏။ ဥပုသ်နေ့ ဖြစ်၍ အသားမရကြောင်း

လျှောက်တင်သည့်အခါ "ငါ့ အတွက် အသားများ ရှားပါးလိုက်တာကွာ" ဟု ဆိုကာ ရင်ခွင်ထဲမှ သားကလေးကို လည်ပင်းလိမ်ချိုးလိုက်ပြီး "ရော့ မြန်မြန်ချက်ပြီး ယူခဲ့"ဟု ဆိုလျက် စားတော်ကဲထံသို့ ပစ်ပေးလိုက်၏။

စားတော်ကဲမှာ ဘုရင့် အမိန့်တော်အတိုင်း ဆောင်ရွက်ရ၏။ ဘုရင်သည် ထိုနေ့က ချစ်လှစွာသော သားကလေး၏ အသားဟင်းနှင့် မြိန်ယှက်စွာ ပွဲတော်တည်ရ၏။

တနန်းတော်လုံး ကြိမ်မီးအုံးသို့ အပူလုံးကြွကာ ပူဆွေးသောက ရောက်နေကြသော်လည်း မိဖုရားကြီးက အစ မည်သူမှ မငိုဝံ့ကြပေ။

ဘုရင်သည် တနေ့လုံး အရက်သောက်လိုက်၊ သားတော်ကလေး၏ အသားကို မြည်းလိုက်နှင့် စည်းစိမ် ယစ်နေ၏။ တညဉ့်လုံးလည်း စက်တော်ခေါ်လို့ပျော်လိုက်သည်မှာ ရေးနေ့များနှင့် မတူပေ။

**အဆုံးရှုံးကြီး ဆုံးရှုံးရ** နံနက်လင်း၍ စက်ရာမှ နိုးသောအခါ အမူးပြေနေပေပြီ။ နိုးလျှင် နိုးချင်း သားတော်ကို သတိရ၍ "သားတော်ကလေး ငါ့ဆီ ခေါ်ခဲ့ကြပါဟေ့" ဟု သားတော်ကို တောင်း၏။ ထိုအခါ မိဖုရားကြီးက ဘုရင့် ခြေရင်းမှာ ပစ်လှဲလိုက်ပြီး ငိုယိုရင်း ယမန်နေ့ညက ဖြစ်ပုံ စနစ်စုံကို လျှောက်တင်တော့မှ ယစ်ထုပ် ဘုရင်ကြီး အထိတ်လန့်ကြီး ထိတ်လန့်ပြီးလျှင် ရင်ပွင့်လုမတတ် ရင်တွင်းဝယ် မီးဟုန်းဟုန်း တောက်တော့၏။ တိုင်းပြည့်၏အရှင် ဘုရင့် ဣန္ဒြေကိုပင် မစောင့်ထိန်းနိုင်တော့ပဲ သားကို တ,ကာ ရှိုက်ကြီးတငင် ငိုကြွေးလေတော့သည်။ ထိုအခါမှပင် တနန်းတော်လုံး အုန်းအုန်းကြွက်ကြွက် ဆူညံအောင် အော်ဟစ် ငိုယိုကြတော့၏။

**အရှုံးထဲမှ အမြတ်** ဤမျှ ပြင်းထန် ကြီးမားသော ဆင်းရဲကို ဘုရင်သည် တစ်ခါမျှ မခံစားခဲ့ရဖူးချေ။ ထို့ကြောင့် ဘုရင်ကြီးသည် မြေမှုန့်ဖြင့် နှုတ်ခမ်းကို သုတ်ကာ "သေရည် သောက်လို့သာ ငါ ဒီလောက် ကြီးမားတဲ့ ဆင်းရဲကို ခံစားရတာ၊ နောက်နောင်မှာ ဒါလောက် ဖျက်ဆီးတတ်တဲ့ သေရည်ကို ရဟန္တာ ဖြစ်သည်အထိ ငါဘယ်တော့မှ မသောက်တော့ပါ"ဟု အဓိဋ္ဌာန် ပြုလိုက်၏။

ထိုနေ့မှစ၍ ဘုရင်ကြီး လုံးဝ အရက် ပြတ်သွားလေသည်။

## အဆို အက ကောင်းသော ရသေ့များ

**မှားမိသူများ** ဤ အရက်သေစာသည် မေ့လျော့စေတတ်၊ သတိ ကင်းလွတ်စေတတ်သောကြောင့် အပြစ် များလှ၏။ ဈာန် အဘိညာဏ်ရ တန်ခိုးရှင်များကိုပင် ဣန္ဒြေ သိက္ခာ လျှော့ကျ ပျက်ပြားအောင် စွမ်းဆောင်နိုင်၏။ ဈာန် အဘိညာဏ်ကိုလည်း ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်၏။

ရှေးက ဟိမဝန္တာ၌ ဈာန် ချမ်းသာဖြင့် မွေ့လျော်နေကြသော ရသေ့အချို့တို့သည် ဆုံးမမည့်သူ ဆရာမပါဘဲ ချဉ် ဆား မှီဝဲရန် ဗာရာဏသီသို့ လာရောက်၍ ဘုရင့် ဥယျာဉ်အတွင်း၌ နေထိုင်ကြ၏။

ဘုရင်သည် ရသေ့တို့ကို ကြည်ညိုလှသဖြင့် အကောင်းဆုံး သောက်ဖွယ် အဖြစ်ဖြင့် အကောင်းဆုံး အရက်ကို ဆက်ကပ်၏။ ရသေ့များလည်း မတွေ့ဘူးသော အရသာထူးကို တွေ့ရသောကြောင့် သောက်ကြ၏။

သောက်ပြီး၍ ခဏကြာလျှင် တစ်ချို့ ရသေ့က သီချင်းအော် ဆို၏။ တစ်ချို့ ရသေ့က ကိုယ်ရုံမပါဘဲ ကွေးနေအောင် က,ကြ၏။

တစ်ချို့ ရသေ့များမှာ ဥယျာဉ်အတွင်း၌ လေးကွက်သိုင်း နင်းကာ လှည့်လည်နေကြ၏။

အမှူးပြေ၍ မိမိတို့၏ သိက္ခာမဲ့သော အပြုအမူတို့ကို ပြန်လည် သတိရကြသောအခါ အရက်ကြီး ရက်လှသဖြင့် ဟိမဝန္တာသို့ ချက်ချင်းပင် ပြန်သွားကြ၏။

## အရှင်သာဂတထေရ်

**ရဟန်းကိုလည်း ဖျက်** မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့် **အရှင်သာဂတ** မထေရ်သည် **ဘဒ္ဒဝတိကာ** ရွာအနီး သရက်ပင်ဆိပ်ကျောင်းမှ နဂါးဆိုးကြီးကို မိမိ တန်ခိုးဖြင့် နှိမ်နင်း ဆုံးမလိုက်၏။ ဤ သတင်းကို **ကောသမ္ဗီ**ပြည်သားတို့ ကြားကြ၍ **အရှင်သာဂတထေရ်**ကို အလွန် ကြည်ညိုကြသဖြင့် ခိုခြေအဆင်းရှိသော အကောင်းဆုံး အရက်ကို ဆက်ကပ်ကြ၏။

လူတို့ကပ်တိုင်း သဒ္ဓါတရားကို ငဲ့၍ သောက်ခဲ့ရသော **အရှင်သာဂတ**သည် ကျောင်းအပြန်တွင် မြို့တံခါးဝ၌ တုန်းလုံးကြီး လဲနေတော့၏။ မြတ်စွာဘုရားထံ ပွေ့ချီ ခေါ်သွား၍ ဘုရားရှေ့ ချထားသော အခါ၌လည်း မြတ်စွာဘုရားဘက်ကိုသာ ခြေထောက်ကြီး ဆန့်တန်းထား၏။

မြတ်စွာဘုရားက "ယခု သာဂတဟာ နဂါး မပြောနှင့်တော့၊ ရေမြွေကိုတောင်မှ မနိုင်တော့ဘူး"ဟု မိန့်ကြားပြီးနောက် "အရက်သေစာ သောက်စားလျှင် ပါစိတ်အာပတ် သင့်စေ"ဟု သံဃအဖွဲ့အစည်း အတွက် စည်းမျဉ်းသစ်တစ်ချက် ဖြည့်စွက်တော် မူလိုက်၏။

## အခန်း (၇)

# ရှစ်ပါးသီလ စသည်

## ရှစ်ပါး(ဥပုသ်) သီလ

### သီလတောင်း

**အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ အဋ္ဌင်္ဂသမန္နာဂတံ ဥပေါသထသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။**

**ဒုတိယမ္ပိ . . . ။ တတိယမ္ပိ . . . ။**

[အရှင်ဘုရား တပည့်တော်သည် အားကိုးရာ သုံးပါးနှင့် တကွ ရှစ်ပါး သီလကို တောင်းပါ၏။ တပည့်တော်ကို ချီးမြှောက်သော အားဖြင့် ရှစ်ပါး သီလ ပေးတော်မူပါဘုရား။]

**မှတ်ချက်** – ယိုးဒယားနိုင်ငံ၌မူ **မယံ ဘန္တေ ဝိသုံဝိသုံ ရက္ခဏတ္ထာယ အဋ္ဌသီလာနိ ယာစာမ** ဟုဆို၍ သီလတောင်းကြသည်။

လျှောက်တင်သည့်အခါ "ငါ့ အတွက် အသားများ ရှားပါးလိုက်တာ ကွာ" ဟု ဆိုကာ ရင်ခွင်ထဲမှ သားကလေးကို လည်ပင်းလိမ်ချိုးလိုက်ပြီး "ရော့ မြန်မြန်ချက်ပြီး ယူခဲ့"ဟု ဆိုလျက် စားတော်ကဲထံသို့ ပစ်ပေးလိုက်၏။

စားတော်ကဲမှာ ဘုရင့် အမိန့်တော်အတိုင်း ဆောင်ရွက်ရ၏။ ဘုရင်သည် ထိုနေ့က ချစ်လှစွာသော သားကလေး၏ အသားဟင်းနှင့် မြိန်ယှက်စွာ ပွဲတော်တည်ရ၏။

တနန်းတော်လုံး ကြိမ်မီးအုံးသို့ အပူလုံးကြွကာ ပူဆွေးသောက ရောက်နေကြသော်လည်း မိဖုရားကြီးက အစ မည်သူမှ မငိုဝံ့ကြပေ။

ဘုရင်သည် တနေ့လုံး အရက်သောက်လိုက်၊ သားတော်ကလေး ၏ အသားကို မြည်းလိုက်နှင့် စည်းစိမ် ယစ်နေ၏။ တညဉ့်လုံးလည်း စက်တော်ခေါ်လို့ပျော်လိုက်သည်မှာ ရေးနေ့များနှင့် မတူပေ။

**အဆုံးရှုံးကြီး ဆုံးရှုံးရ** နံနက်လင်း၍ စက်ရာမှ နိုးသောအခါ အမူးပြေနေပေပြီ။ နိုးလျှင် နိုးချင်း သားတော်ကို သတိရ၍ "သားတော်ကလေး ငါ့ဆီ ခေါ်ခဲ့ကြပါဟော့" ဟု သားတော်ကို တောင်း၏။ ထိုအခါ မိဖုရားကြီးက ဘုရင့် ခြေရင်းမှာ ပစ်လှဲလိုက်ပြီး ငိုယိုရင်း ယမန်နေ့ညက ဖြစ်ပုံ စနစ်စုံ ကို လျှောက်တင်တော့မှ ယစ်ထုပ် ဘုရင်ကြီး အထိတ်လန့်ကြီး ထိတ်လန့်ပြီးလျှင် ရင်ပွင့်လုမတတ် ရင်တွင်းဝယ် မီးဟုန်းဟုန်း တောက်တော့၏။ တိုင်းပြည့်၏အရှင် ဘုရင့် ဣန္ဒြေကိုပင် မစောင့်ထိန်း နိုင်တော့ပဲ သားကို တ,ကာ ရှိုက်ကြီးတငင် ငိုကြွေးလေတော့သည်။ ထိုအခါမှပင် တနန်းတော်လုံး အုန်းအုန်းကြွက်ကြွက် ဆူညံအောင် အော်ဟစ် ငိုယိုကြတော့၏။

တင့်တယ် ပြေပြစ်အောင် ဖို့သိပ် ခြယ်သခြင်းမှ လည်းကောင်း ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၈။ ဥစ္စာသယန မဟာသယနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။** [တစ်တောင့်ထွာထက် ပို၍မြင့်သော အိပ်ရာ နေရာ၊ အလွန် ကောင်းမွန် ခမ်းနားသော အိပ်ရာ နေရာတို့၌ နေထိုင် အိပ်စက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

## ဥပုသ် စောင့်ခြင်း

**ဥပေါသထ** ပါဠိဘာသာ **ဥပေါသထ**ကို မြန်မာလို ဥပုသ်ဟု ခေါ်သည်။ အဓိပ္ပာယ်မှာ **ဥပေါသထ=ဥပုသ်= သီလနှင့် ပြည့်စုံလျက်နေခြင်း**ဟု ဆိုလိုသည်။ ဆောက်တည်ထားသော ရှစ်ပါး သီလနှင့် ပြည်စုံအောင် ကိုယ်နှင့်နှုတ်ကို စောင့်စည်းလျက်နေခြင်းကို ဥပုသ်စောင့်သည်ဟု ခေါ်သည်။

ဤ ဥပုသ်သီလကို အချိန် မကန့်သတ်ဘဲ ဖြစ်စေ၊ နှစ် လ ရက် နာရီ စသည် မိမိ စွမ်းနိုင်သလောက် အချိန် ကန့်သတ်၍ဖြစ်စေ စောင့်ထိန်းနိုင်သည်။ အချိန် မကန့်သတ်ဘဲ တစ်သက်လုံး စောင့်ထိန်းလျှင် **အာပါဏကောဋိက သီလ**ဟု ခေါ်သည်။ အချိန် ကန့်သတ်၍ စောင့်ထိန်းလျှင် **ကာလပရိယန္တ သီလ**ဟု ခေါ်သည်။

**စင်ကြယ်သော ဥပုသ်** ဥပုသ် စောင့်မည်ဆိုလျှင် အလျင်တနေ့ကပင် ဥပုသ်နေ့၌ မလုပ်မဖြစ်သည့် ကိစ္စမျိုး မရှိရအောင် ကြိုတင်၍ အပြီးအစီး ဆောင်ရွက်ထားရသည်။ ဥပုသ်နေ့ ရောက်လာ၍ ဥပုသ်ခံယူ ဆောက်တည်ထားသောအခါ ဘုရား ဂုဏ်၊ တရား ဂုဏ်၊ သံဃ ဂုဏ်၊ မိမိဆောက်တည်ထားသော သီလဂုဏ် စသည်တို့ကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းလျက် နေရမည်။ သားရေး သမီးရေး၊ စီးပွါးရေး၊ စားရေး သောက်ရေး၊ အဝတ်အထည်ရေး တွေကို ကြံစည် တွေးတောရင်း ဥပုသ်နေ့ကို မကုန်လွန်စေရန် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဆုံးမ ညွှန်ကြားတော်မူသည်။

**သတိပြုပါ** တစ်ချို့မှာ ကျကျနန ဖီးလိမ်းပြင်ဆင် ခြယ်သလျက် ဥပုသ်စောင့်ရန် လာတတ်ကြသည်။ ထိုသို့ လာပြီးလျှင် ဥပုသ်ခံယူ ဆောက်တည်ခါနီး၌ မိမိ မျက်နှာမှ အလိမ်းအခြယ်တွေကို ပြောင်စင်အောင် ဆေးကြောသုတ်သင် သန့်ရှင်းသင့်ပါသည်။ "မဆောက်တည်မီက လိမ်းခြယ်ထားခြင်းသည် (ဆောက်တည်ပြီးမှ လိမ်းခြယ်ခြင်း မဟုတ်၍) သီလကို မပျက်စီးစေပါ" ဟူသော အယူအဆသည် ဥပုသ်စောင့်ခြင်းဟူသော သဘောနှင့်လည်း အံမဝင်၊ ဘုရားရှင်၏ အလိုတော်နှင့်လည်း ခွင်မကျပါ။

ဥပုသ်စောင့်ထိန်းရန် မိမိ ရည်မှန်း ပိုင်းခြားထားသည့် အချိန်ကာလ အတွင်း၌ ပန်းပန်ခြင်း၊ လိမ်းကျံ ခြယ်သခြင်း စသည် မပြုလုပ်ပါဟု ဆောက်တည်ထားသော သိက္ခာပုဒ်၏ သဘောကိုက ပင်လျှင် ဥပုသ် စောင့်ထိန်းနေဆဲ၌ မည်သည့် အလိမ်းအကျံ

အခြယ်အသမျှ မရှိရ၊ ရှိနေလျှင်လည်း ဆေးကြော သုတ်သင် ပစ်ရမည် ဟူသော သဘောကို ဖော်ပြလျက် ရှိ၏။

## ဥပုသ် စောင့်ထိန်းရကျိုး

**အိမ်လုံးကျွတ် ဥပုသ်** **အနာထပိဏ်** သူဌေးကြီးသည် ကိုယ်တိုင် ဒါန သီလ ဘာဝနာ လုပ်ငန်းများကို အားစိုက်ကြိုးပမ်း လုပ်ဆောင်သလို သူနှင့် စပ်သမျှ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကိုလည်း ထို ကုသိုလ် လုပ်ငန်းတို့၌ အာရုံစိုက်စေ၍ စွမ်းနိုင်သမျှ ဆည်းပူးစေ၏။ ဥပုသ်နေ့များ၌ အလုပ်သမားများမှ စ၍ အိမ်ရှိ လူကုန် ဥပုသ်စောင့်ရ၏။ အလုပ် မလုပ်ရပေ။ ထိုနေ့ အတွက် လုပ်ခကိုမူ ပေးမြဲပေး၏။ နို့စို့ ကလေးငယ်ကိုပင် ဥပုသ်နေ့၌ နို့ မတိုက်စေပဲ စတုမဓုကိုသာ ကျွေးစေ၏။

ဥပုသ်နေ့ တနေ့၌ အလုပ်သမားတယောက်သည် မေ့လျော့ကာ နံနက် စောစောကပင် အလုပ်ခွင်သို့ ထွက်သွား၏။ မိုးချုပ်မှ ပြန်လာ၏။ တအိမ်လုံး တိတ်ဆိတ်နေ၍ အကြောင်း မေးကြည့်မှ ဥပုသ် စောင့်ထိန်းကြကြောင်း သိရ၏။ အများ ဥပုသ် စောင့်ကြပါလျက် မိမိ မစောင့်ထိန်းလျှင် မိမိအတွက် ဆုံးရှုံးမှုကြီးသာ ဖြစ်သည်ဟု စဉ်းစားလျက် ပြင်ထားသော ထမင်းပွဲကိုပင် မစားတော့ပဲ ဥပုသ် ဆောက်တည်လိုက်၏။

**မြတ်သော ဥပုသ်** တနေ့လုံး ဝမ်းထဲတွင် အစာ မရှိပဲ အလုပ် လုပ်ခဲ့သဖြင့် သန်းခေါင်ကျော် အချိန်တွင် ထို ဥပုသ်သည်၏ ဝမ်းထဲတွင် လေတို့သည် မခံသာအောင် ထိုးကြ တိုးကြတော့၏။ **အနာထပိဏ်** သူဌေးကြီးက ဆေးတိုက်သည်ကိုပင် နေ့ဝက်သာ ရသော ဥပုသ်ကို အစင်ကြယ်ဆုံး စောင့်ထိန်းမည်ဟု ဆိုကာ မသောက်ဘဲ ငြင်းပယ် လိုက်၏။ လေနာက ပို၍ ပြင်းထန် သောအခါ ဝမ်းဗိုက်ကို ကြိုးဖြင့် ရစ်ပတ်စည်းနှောင်၍ ကြိုးစကို ကိုင်ကာ လူးလိမ့်လျက် သည်းခံ၏။

**အကျိုး** ဝေဒနာဒဏ်ကို အစာမရှိဘဲ အလူးအလိမ့် ခံနေရသော ခန္ဓာကိုယ်သည် အရဏ်မတက်မီကလေးတွင် ဝေဒနာ ကို အလျှော့ပေးလိုက်ရကာ ဥပုသ်သည် ကွယ်လွန်သွားတော့၏။ ကွယ်လွန်သောအခါ နေ့ဝက် ဥပုသ်ကို စင်ကြယ်စွာ စောင့်ထိန်း နိုင်သောကြောင့် တန်ခိုးကြီးသော ရက္ခစိုးနတ် ဖြစ်ရ၏။

## ဥပုသ်စောင့်ရင်း သောတာပန် ဖြစ်သူ

**အနာထပိဏ်** သူဌေး၌ သားမိုက် တယောက်ရှိ၏။ မိဘ၏ အဆုံးအမကို လုံးဝမနာယူဘဲ အပေါင်းအသင်းများနှင့်အတူ အမြဲတစေ ပျော်ပါး သုံးဖြုန်းလျက်နေ၏။ ယခုခေတ် အခေါ်အရ ဆိုလျှင် လမ်းသရဲဟု ခေါ်ရပေလိမ့်မည်။ သူ့နာမည်က **မောင်ကာဠ။**

**ငွေလိုချင်၍ ဥပုသ်စောင့်** သားကို ဖခင်၏ခြေရာ နင်းစေချင်သော သူဌေးကြီးသည် တစ်နေ့ ဥပုသ်စောင့်လျှင် ငွေတစ်ရာ ပေးမည်ဆိုကာ **ကာဠ**ကို ကျောင်းတော်သို့သွား၍ ဥပုသ် စောင့်ခိုင်း၏။ ဖြုန်းဖို့ ငွေလိုနေသော **ကာဠ**သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်သို့သွား၍ ဥပုသ်စောင့်၏။ ညအချိန်တွင် အခြားဥပုသ်သည်များလိုပင် ကျောင်း၌ အိပ်တော့အိပ်ပါ၏။ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကိုတော့ မနာပေ။ နံနက်လင်း၍ အိမ်ပြန်လာသောအခါ ဆုအဖြစ် ငွေတစ်ရာ ရလိုက်၏။

**လမ်းသရဲမှ သောတာပန်သို့** နောက်တစ်နေ့ ဥပုသ်စောင့် သွား၍ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူသည့် တရားထဲမှ တစ်စုံတစ်ရာ မှတ်မိလျှင် ငွေတစ်ထောင် ပေးမည်ဟု သူ့ဖခင်က ပြောသဖြင့် **ကာဠ** ကျောင်းသို့သွား၍ ဥပုသ်စောင့်ပြီးလျှင် ည တရားကို သေသေချာချာ နာရင်းနှင့် တရား သဘောပေါက်ကာ တရားနာရင်း တရားရှုမှတ်သဖြင့် တရားဆုံးသောအခါ သောတာပတ္တိ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ကို ရသွား၏။

နံနက်လင်း၍အိမ်ပြန်လာသောအခါ တည်ကြည်ငြိမ်သက်လှသော **ကာဠ**သည် သူ့ဖခင်က ဥပုသ်စောင့်ခ ဆိုကာ ငွေတစ်ထောင် ပေးလိုက်မည်ကို ရှက်နေ၏။

မြတ်စွာဘုရားက **ကာဠ**ဟာ စကြဝတေးမင်း စည်းစိမ်ထက် သာသည့်အရာ [သောတာပတ္တိ မဂ်ဉာဏ်]ကို ရနေပြီ ဖြစ်၍ ငွေတစ်ထောင်ကို မမက်တော့ကြောင်း ဟောတော်မူလေသည်။

## ကိုးပါးသီလ

**နဝင်္ဂဥပုသ် သီလ** ဟု ခေါ်သော ၉ ပါး သီလ စောင့်ထိန်းလိုသူသည် ၈ ပါး သီလ ၌ မေတ္တာပွါးမှုကို ထည့်ရုံမျှသာ ထူးသည်။ စင်စစ်မူ မေတ္တာပွါးမှုသည် ဆောက်တည်ရသည့် သိက္ခာပုဒ် တစ်ခု မဟုတ်ပေ။ နဝင်္ဂဥပုသ် သီလ၏ အင်္ဂါ တစ်ပါးမျှသာ ဖြစ်ပေသည်။

ရှစ်ပါးသီလ ခံယူ ဆောက်တည်ပြီးနောက် သတ္တဝါများ အပေါ်၌ မေတ္တာစိတ် ဖြန့်ပွါးနေလျှင် အင်္ဂါ ၉ ပါး နှင့် ပြည့်စုံသော သီလ ဖြစ်တော့သည်။

**နဝင်္ဂုပေါသထသုတ်၌** ရှေ့သိက္ခာပုဒ် ၈ ပါး ကို ဆောက်တည်ပုံ ပြ၍ နဝမ အင်္ဂါ ဖြစ်သည့် မေတ္တာကိုမူ ဆောက်တည်ပုံ မပြပေ။ အရပ်ဆယ်မျက်နှာ၌ ရှိသော သတ္တဝါအားလုံးကို မေတ္တာစိတ် ဖြန့်နေလျှင် ၉ ပါးသီလဖြစ်၍ အကျိုး ကြီးမားကြောင်းသာ ပြဆို၏။

ယခု ကာလ၌မူ မေတ္တာကို နဝမ သိက္ခာပုဒ် အဖြစ်ဖြင့် ရွတ်ဆို ခံယူ ဆောက်တည်ကြ၏။ ဆောက်တည်ခြင်းကြောင့်ကား အပြစ် မဖြစ်ပေ။

## နဝင်္ဂဥပုသ် သီလတောင်း

**အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ နဝင်္ဂသမန္နာဂတံ ဥပေါသထသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။**

**ဒုတိယမ္ပိ . . . ။ တတိယမ္ပိ . . . ။**

**မှတ်ချက်။** ။ အဋ္ဌင် ဥပုသ်သီလ၌ **'အဋ္ဌင်္ဂသမန္နာဂတံ'** ကို ဤ နဝင်္ဂသီလ၌ **'နဝင်္ဂသမန္နာဂတံ'**ဟု ပြင်၍ ဆိုရုံမျှသာ ထူးသည်။ သိက္ခာပုဒ်ဆောက်တည်ရာ၌လည်း ရှေ့ သိက္ခာပုဒ် ၈ ပါး ဆောက်တည်ပုံမှာ အားလုံး ၈ ပါးသီလ အတိုင်းပင်။ သိက္ခာပုဒ် ၈ ပါး အဆုံး၌ သာ နဝမအင်္ဂါအဖြစ် အောက်ပါအတိုင်း ရွတ်ဆိုပါ။

(မရွတ်ဆိုသော်လည်း မေတ္တာပွါးနေလျှင် နဝင်္ဂသီလ ဖြစ်ပါပြီ။)

**၉။ မေတ္တာသဟဂတေန စေတသာ သဗ္ဗာဝန္တံ လောကံ ဖရိတွာ ဝိဟရာမိ။**

[ မေတ္တာနှင့် ယှဉ်သော စိတ်ဖြင့် အလုံးစုံသော သတ္တဝါရှိသော လောကကို ပျံ့နှံ့စေ၍ နေပါအံ့ဘုရား။]

(ဤ အထက်ပါ ဋ္ဌိစာသားမှာ နဝင်္ဂုပေါသထသုတ် ပါဠိတော် စာသွားအတိုင်း အကျဉ်းချုံးထားခြင်း ဖြစ်သည်။)

**နဝင်္ဂုပေါသထသုတ်** ပါဠိတော်၌—

"ဣတိ ဥဒ္ဓမဓော တိရိယံ သဗ္ဗဓိ သဗ္ဗတ္တတာယ သဗ္ဗာဝန္တံ လောကံ မေတ္တာသဟဂတေန စေတသာ ဝိပုလေန မဟဂ္ဂတေန အပ္ပမာဏေန အဗျာပဇ္ဇေန ဖရိတွာ ဝိဟရတိ"ဟု ရှိ၏။

**(မေတ္တာ သဟဂတေန စေတသာ သဗ္ဗပါဏဘူတေသု ဖရိတွာ ဝိဟရဏံ သမာဒိယာမိ** ဟု ဆိုရိုးဆိုစဉ်အတိုင်းလည်း ဆိုနိုင်ပါသည်။)

မေတ္တာနှင့် စပ်သော သိမှတ်ဖွယ်များကို **အခန်း ၁၄** ၌ ကြည့်ပါ။

## ဥပေါသထသုတ်

## ( အံ ၁၊ ၂၀၆)

**ဝိသာခါ** မြတ်စွာဘုရားသည် **သာဝတ္ထိပြည်**အနီး **ဝိသာခါ** ကျောင်းအမကြီး လှူဒါန်းထားသော **ပုဗ္ဗာရုံ**ကျောင်းတော်ကြီး၌ သီတင်းသုံးတော်မူစဉ် ဥပုသ်နေ့ တစ်နေ့တွင် ဝိသာခါ ကျောင်းအမကြီးသည် ပန်းများနှင့် အခြား လှူဖွယ်များကို ယူဆောင်၍ မြတ်စွာဘုရား အထံတော်သို့ လာရောက်ကာ ရိုသေစွာ ရှိခိုးလျက် ထိုင်နေ၏။

မြတ်စွာဘုရားက "**ဝိသာခါ**၊ နေမြင့်မှ ဘာကိစ္စ လာသလဲ" ဟု မေးတော်မူ၏။

**ဝိသာခါ**က "ယနေ့ ဥပုသ်နေ့ဖြစ်၍ တပည့်တော်မ ဥပုသ်စောင့် လာပါသည် ဘုရား" ဟု လျှောက်၏။

မြတ်စွာဘုရားက "**ဝိသာခါ**၊ ဥပုသ် သုံးမျိုးရှိသည်" ဟု အစချီကာ ဥပုသ် အမျိုးမျိုးကို ရှင်းပြ ဟောကြားတော်မူ၏။

### ဥပုသ်သုံးမျိုး

၁။ တိတ္ထိတက္ကဒွန်းတို့ စောင့်သော ဥပုသ် (**နိဂဏ္ဌ ဥပုသ်**)

၂။ နွားကျောင်းသား ဥပုသ် (**ဂေါပါလ ဥပုသ်**)

၃။ မြတ်သော ဥပုသ် (**အရိယ ဥပုသ်**)

**နိဂဏ္ဌ ဥပုသ်** တိတ္ထိတို့ ညွှန်ကြားဆုံးမသည့်အတိုင်း စောင့်ထိန်းသော ဥပုသ်သည် **နိဂဏ္ဌ ဥပုသ်** မည်၏။

**နွားကျောင်းသားဥပုသ်** နွားကျောင်းသားများသည် ညအခါ၌ "ဒီနေ့ ဘယ်စားကျက်မှာ နွားများအစာ စားခဲ့ကြတယ်။ ဘယ်ကန် ဘယ်ချောင်းမှာ ရေသောက်ခဲ့ကြတယ်။ နက်ဖြန် ဘယ်စားကျက်မှာ ကျောင်းမှ၊ ဘယ်ကန် ဘယ်ချောင်းမှာ ရေသောက်စေမှ ဖြစ်မယ်။"ဟု နွားတို့အတွက် အစာနှင့်ရေကို ကြောင့်ကြစိုက် စဉ်းစားသကဲ့သို့ ဥပုသ်သည်လည်း "ဒီနေ့ဘာဟင်းနဲ့ ထမင်းစားခဲ့ကြတယ်။ နက်ဖြန် ဘာဟင်းနဲ့ ထမင်းစားကြမယ်" စသည်ဖြင့် စားရေး သောက်ရေး၊ ဝတ်ရေး ဆင်ရေး၊ သွားရေး၊ သမီးရေး၊ စီးပွါးရေး အစရှိသော လောကီရေးတွေကိုသာ စဉ်းစားစိတ်ကူးရင်း ဥပုသ်စောင့်လျှင် ထိုသူ၏ ဥပုသ်သည် နွားကျောင်းသား ဥပုသ် **(ဂေါပါလ ဥပုသ်)** မည်၏။

**အရိယ ဥပုသ်** ဥပုသ်စောင့်ရင်း ရတနာသုံးပါး၏ ဂုဏ်တော်ကို ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း၊ မေတ္တာပွါးခြင်း၊ ဝိပဿနာပွါးခြင်း စသည်ဖြင့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စသော စိတ်အညစ်အကြေးများ စင်ကြယ်အောင် ကြိုးစား အားထုတ်နေလျှင် ထိုသူ၏ ဥပုသ်သည် မြတ်သောဥပုသ် **(အရိယ ဥပုသ်)** မည်၏။

**အရိယဥပုသ် ခြောက်မျိုး** ဤ အရိယဥပုသ်သည် **ဗြဟ္မဥပုသ်၊ ဓမ္မ ဥပုသ်၊ သံဃ ဥပုသ်၊ သီလ ဥပုသ်၊ ဒေဝတာဥပုသ်၊ အဠင်္ဂဳကဥပုသ်** ဟု ၆ မျိုး ရှိ၏။

**ဗုဒ္ဓ ဥပုသ်** မြတ်စွာဘုရား တည်း ဟူသော ဗုဒ္ဓ၏ အရဟံ စသော ဂုဏ်တော်တို့ကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းလျက် စောင့်သုံးသော ဥပုသ်သည် **ဗုဒ္ဓဥပုသ်** မည်၏။

**ဓမ္မ ဥပုသ်** ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော် မူသော တရားတော် တို့၏ သွာက္ခာတ စသော ဂုဏ်တော် တို့ကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းလျက် စောင့်သုံးသော ဥပုသ်သည် **ဓမ္မ ဥပုသ်** မည်၏။

**သံဃ ဥပုသ်** သံဃာတော်တို့၏ သုပ္ပဋိပန္န စသော ဂုဏ်တော်တို့ကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းလျက် စောင့်သုံးသော ဥပုသ်သည် **သံဃ ဥပုသ်** မည်၏။

**သီလ ဥပုသ်** မိမိ၏ မကျိုးမပေါက် မပြောက်မကျားပဲ အစွန်း အကွက် မထင် သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သော သီလကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းလျက် စောင့်သုံးသော ဥပုသ်သည် **သီလ ဥပုသ်** မည်၏။

**ဒေဝတာ ဥပုသ်** နတ်တို့သည် သဒ္ဓါ သီလ သုတ စာဂ ဟိရီ သြတ္တပ္ပ ပညာ ဟူသော ကုသိုလ်တရားတို့ ကြောင့် နတ်ပြည်လောကသို့ ရောက်ကြရ၏။ မိမိ၌လည်း ထို သဒ္ဓါ စသော ကုသိုလ်တရားတို့ ရှိပေသည်ဟု ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းလျက် စောင့်သုံးသော ဥပုသ်သည် **ဒေဝတာဥပုသ်** မည်၏။

**အဋ္ဌင်္ဂိက ဥပုသ်** "ရဟန္တာ အရှင်မြတ်တို့သည် အသက်ထက်ဆုံး သတ္တဝါတို့၏ အသက်ကို မသတ်ဖြတ်သကဲ့သို့ မိမိလည်း မသတ်ဖြတ်အံ့" စသည်ဖြင့် ရဟန္တာတို့ကို အတုယူ၍ သိက္ခာပုဒ် ၈ ပါး ကို စောင့်ထိန်းလျှင် **အဋ္ဌင်္ဂိက ဥပုသ်** မည်၏။

ဖော်ပြပါအတိုင်း ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်း၍ ဖြစ်စေ၊ အခြားသော နည်းမှန် လမ်းမှန်ဖြင့် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်း၍ ဖြစ်စေ ဥပုသ်စောင့်သုံးလျှင် ကိလေသာကို စင်ကြယ်စေသဖြင့် **အရိယဥပုသ်** ဖြစ်၏။

---

## ဆယ်ပါးသီလ

ဆယ်ပါးသီလကို ရှင်သာမဏေတို့ စောင့်ထိန်းရန် မြတ်စွာဘုရား အထူးပညတ်တော်မူခဲ့၏။ လူတို့ စောင့်ထိန်းရန် မလွယ်လှသော်လည်း ဘုရားရှင် လက်ထက်တော်အခါက **ဟတ္ထာဠဝက** စသော ဥပါသကာတို့ စောင့်ထိန်းကြသည်ကို တွေ့ရ၏။

### ဂဟဋ္ဌ ဆယ်ပါး သီလ တောင်းရန်

**အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ဒသဂဟဋ္ဌသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။**

**ဒုတိယမ္ပိ . . . ။ တတိယမ္ပိ . . . ။**

[အရှင်ဘုရား တပည့်တော်သည် အားကိုးရာ သုံးပါးနှင့် တကွ ဆယ်ပါးသော ဂဟဋ္ဌ သီလတော်မြတ်ကို တောင်းပါ၏။ တပည့်တော်ကို ချီးမြှောက်သောအားဖြင့် ဆယ်ပါးသီလကို ပေးတော်မူပါ အရှင်ဘုရား]

(ဘုရားရှိခိုးနှင့် သရဏဂုံ ဆောက်တည်ပုံ ငါးပါးသီလ အတိုင်းပင်။)

**သိက္ခာပုဒ် ၁၀ ပါး ဆောက်တည်ပုံ**

**၁။ ပါဏာတိပါတာ . . . သမာဒိယာမိ။**

**၂။ အဒိန္နာဒါနာ . . . သမာဒိယာမိ။**

**၃။ အဗြဟ္မစရိယာ . . . သမာဒိယာမိ။**

**၄။ မုသာဝါဒါ . . . သမာဒိယာမိ။**

**၅။ သုရာမေရယ မဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ . . . သမာဒိယာမိ။**

**၆။ ဝိကာလဘောဇနာ . . . သမာဒိယာမိ။**

**၇။ နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသူကဒဿနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**

[သာသနာတော်နှင့် မလျော် ဆန့်ကျင် ပြောင့်တံကျင်သဖွယ် ဖြစ်သော ကခြင်း၊ သီဆိုခြင်း၊ တီးမှုတ်ခြင်း တို့ကို ကြည့်ရှုနားထောင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၈။ မာလာ ဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသနဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**

[ပန်းပန်ခြင်း၊ အမွှေးနံ့သာ လိမ်းကျံ ရှူရှိုက်ခြင်း၊ နံ့သာမှုန့် အရောင်တင်ဆီတို့ဖြင့် တင့်တယ် ပြေပြစ်အောင် ဖို့သိပ် ခြယ်သခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၉။ ဥစ္စာသယန မဟာသယနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
(မြန်မာပြန် ရှစ်ပါးသီလ နည်းတူ)

**၁၀။ ဇာတရူပရဇတပဋိဂ္ဂဟဏာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[ရွှေ ငွေ ဒင်္ဂါး အကြွေ ငွေစက္ကူတို့ကို ကိုင်ခံခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**ဆယ်ပါးသီလ စောင့်ထိန်းကြသူများ** ဤ ဆယ်ပါးသီလကို **ဖုဿ ဘုရားရှင်**၏ လက်ထက်တော်၌ **မဟိန္ဒမင်း**၏ သား သုံးယောက် တို့သည် လည်းကောင်း (အံ-ဋ္ဌ ၁၊ ၂၃၁)၊ **ပဒုမုတ္တရဘုရားရှင်**၏ လက်ထက်တော်၌ **နန္ဒမင်း**၏ သားငယ် **သုမနမင်းသား** (အရှင်အာနန္ဒာ၏ အလောင်း) သည် လည်းကောင်း(အံ-ဋ္ဌ ၁၊ ၂၂၇)၊ **ကဿပဘုရားရှင်**၏ လက်ထက်တော်၌ **ဃဋိကာရ** အိုးထိန်းသည် သည် လည်းကောင်း (မ-၂၊ ၂၄၁)၊ **ကဿပဘုရားရှင်**၏ လက်ထက်တော်၌ပင် **ကိကီမင်းကြီး** ၏ သမီးခုနစ်ယောက် တို့သည် လည်းကောင်း (အံ-ဋ္ဌ ၁၊ ၂၈၃)၊ **ဂေါတမဘုရားရှင်**၏ လက်ထက်တော်၌ **ဟတ္ထကအာဠဝက** မင်းသား သည် လည်းကောင်း(အံ-ဋ္ဌ ၃-၂၂၂) စောင့်ထိန်းခဲ့ကြ၏။

## ဗြဟ္မစရိယ ပဉ္စမက သီလ

ဗြဟ္မစရိယ အပါအဝင်ဖြစ်သော သီလငါးပါး အပေါင်းကို **ဗြဟ္မစရိယ ပဉ္စမကသီလ** ဟု ခေါ်၏။ ဤ သီလကို ဆောက်တည်လျှင် ငါးပါးသီလ သီလတောင်းပါဠိ၌ **'ပဉ္စသီလံ'** ကို **'ဗြဟ္မစရိယ ပဉ္စမကသီလံ '** ဟု ပြောင်း၍ ဆိုရသည်။ ငါးပါးသီလ တတိယ သိက္ခာပုဒ် ဖြစ်သော **'ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ'** နေရာ၌ **'အဗြဟ္မစရိယာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ '** ဟု ပြောင်းလဲ ဆောက်တည် ရသည်။ ဤမျှသာ ထူး၏။ ရောင်ကြဉ်မှု၌ကား အလွန်ခြားနား၏။

ငါးပါးသီလ၌ **ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ** သိက္ခာပုဒ်အရ တရားဝင် မဟုတ်၍ လောကပြစ်ရှိသော မေထုန် အမှုကိုသာ မပြုရ၊ တရားဝင် ဖြစ်၍ လောကပြစ် မရှိသော ဇနီးမောင်နှံ အချင်းချင်းကား မေထုန် အမှုကို ပြုနိုင်သည်။ ဤ **ဗြဟ္မစရိယ ပဉ္စမက** သီလ၌မူ **အဗြဟ္မစရိယ** သိက္ခာပုဒ်အရ ( ၈ ပါး သီလ မှာလိုပင်) မည်သည့် နည်းနှင့်မျှ မည်သူနှင့်မျှ မေထုန် အမှုကို မပြုဘဲ လုံးဝ ရောင်ကြဉ်ရသည်။

**ဆောက်တည်ပုံ** **အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ဗြဟ္မစရိယ ပဉ္စမကသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။**

**ဒုတိယမ္ပိ . . . ။** **တတိယမ္ပိ . . . ။**

(နမောတဿ စသည် ရှေးနည်းအတိုင်းပင်)

၁။ ပါဏာတိပါတာ . . . သမာဒိယာမိ။
၂။ အဒိန္နာဒါနာ . . . သမာဒိယာမိ။
၃။ အဗြဟ္မစရိယာ . . . သမာဒိယာမိ။
၄။ မုသာဝါဒါ . . . သမာဒိယာမိ။
၅။ သုရာမေရယ မဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ . . . သမာဒိယာမိ။

ဤ **ဗြဟ္မစရိယ ပဉ္စမက** သီလကို မြတ်စွာဘုရား၏ လက်ထက်တော်အခါက **ဥဂ္ဂသူကြွယ်၊ ပုရာဏ ဥပါသကာ၊ ဓမ္မိက ဥပါသကာ၊ နန္ဒမာတာ ဥပါသိကာ၊ နကုလပိတာ၊ နကုလမာတာ** တို့ စောင့်ထိန်းကြသည်။ **(အံ ၃၊ ၄၈။ အံ ၂၊ ၃၀၅။ အံ ၃၊ ၉၅။)**

## ကောမာရ ဗြဟ္မစရိယ သီလ

**ဗြဟ္မစရိယ ပဉ္စမက သီလ** ကိုပင် ငယ်စဉ်ကတည်းက စ၍ စောင့်ထိန်းခဲ့လျှင် အမျိုးသားများအတွက် **ကောမာရ ဗြဟ္မစရိယ သီလ၊** အမျိုးသမီးများ အတွက် **ကောမာရီ ဗြဟ္မစရိယ သီလ** ဟု ခေါ်ရပြန်သည်။ သိက္ခာပုဒ် ဆောက်တည်ပုံမှာ ဗြဟ္မစရိယ ပဉ္စမက သီလ အတိုင်းပင်။

**ကဿပ** မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်တွင် **ကိကီမင်းကြီး** ၏ သမီး ခုနစ်ယောက်တို့ အသက်ထက်ဆုံး စောင့်ထိန်းကြသော **ကောမာရီဗြဟ္မစရိယ** သီလမှာမူ ငါးပါးသီလ မဟုတ်၊ ဆယ်ပါး သီလ ဖြစ်၏။ **(အံ-ဋ္ဌ ၁၊ ၂၈၃ စသည်)**

## ကောဘတ္တိက ဆက္ကသီလ

ပြဟ္မစရိယ ပဥ္စမက သီလ၌ **"ဝိကာလဘောဇနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ"**ကို ထပ်ထည့်၍ သိက္ခာပုဒ် ၆ ပါးကို ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းလျှင် **ကောဘတ္တိက ဆက္ကသီလ** ခေါ်ရပြန်သည်။ ဤ သီလကို **ဓမ္မိက ဥပါသကာ၊ နန္ဒမာတာ ဥပါသိကာ**တို့ အသက်ထက်ဆုံး စောင့်ထိန်းကြသည်။

(သုတ္တနိ-၄ ၂၊ ၁၀၁)

## အာဇီဝဋ္ဌမက သီလ

အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုနှင့်ဆိုင်သော သီလကို ရှစ်ခုမြောက် သိက္ခာပုဒ် အဖြစ် ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းလျှင် **အာဇီဝဋ္ဌမက သီလ** ဟု ခေါ်သည်။ ဤ သီလ စောင့်ထိန်းပုံမှာ ပါဠိတော် အဋ္ဌကထာ တို့၌ တိုက်ရိုက် မလာပေ။ သို့သော်လည်း ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းထိုက်သော သီလဖြစ်၍ ရှေးပညာရှင်များ စီစဉ်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ရာ အကျိုးများလှ၏။

**ဆောက်တည်ပုံ** **အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ အာဇီဝဋ္ဌမက သီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။**

**ဒုတိယမ္ပိ . . . ။ တတိယမ္ပိ . . . ။**

(ဘုရားရှိခိုးနှင့် သရဏဂုံ ဆောက်တည်ပုံ ရှေးအတိုင်းပင်)

၁။ ပါဏာတိပါတာ . . . သမာဒိယာမိ။

၂။ အဒိန္နာဒါနာ . . . သမာဒိယာမိ။

၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ . . . သမာဒိယာမိ။

၄။ မုသာဝါဒါ . . . သမာဒိယာမိ။

၅။ ပိသုဏာယ ဝါစာယ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
[သူနှစ်ဦးကြား ကုန်းချော ရန်တိုက်စကား ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

၆။ ဖရုသာယ ဝါစာယ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
[ကြမ်းတမ်း ရိုင်းစိုင်းသော စကားကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

၇။ သမ္ဖပ္ပလာပါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
[အကျိုးမရှိ အနှစ်မပါသောစကား ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

၈။ မိစ္ဆာဇီဝါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
[အပြစ်မကင်းသော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**သီလမဂ္ဂင် သုံးပါး** ဤ သီလ၌ သတ္တဝါ၏ အသက်ကို သတ်ခြင်း၊ သူတစ်ပါး ဥစ္စာ မတရားယူခြင်း၊ ကာမဂုဏ်တို့၌ မှားယွင်းစွာ ကျင့်ခြင်း၊ ဤ ကာယ ဒုစရိုက် သုံးပါးမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည် **သမ္မာကမ္မန္တ မဂ္ဂင်** ဖြစ်၏။

မမှန်သောစကား ပြောခြင်း၊ ကုန်းချော ရန်တိုက်စကား ပြောခြင်း၊ ကြမ်းတမ်း ရိုင်းစိုင်းသောစကား ပြောခြင်း၊ အကျိုးမရှိသော စကား ပြောခြင်း၊ ဤ ဝစီဒုစရိုက် လေးပါးမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည် **သမ္မာဝါစာမဂ္ဂင်** ဖြစ်၏။

အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပြုရာတွင် ဖော်ပြပါ ကာယ ဒုစရိုက် ၃ ပါး၊ ဝစီဒုစရိုက် ၄ ပါး ကို ရှောင်ကြဉ်လျှင် အပြစ်ကင်းသော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း ဖြစ်၍ **သမ္မာအာဇီဝမဂ္ဂင်** ဖြစ်၏။

အခန်း (၈)

# ဒုစရိုက်နှင့် သုစရိုက်

## ဒုစရိုက် ဆယ်ပါး

**ဒုစ္စရိတ** ဟူသော ပါဠိကို **ဒုစရိုက်** ဟု ခေါ်ကြသည်။ **ဒုစရိတ်** ဟုလည်း တစ်ချို့ သုံးကြသည်။ အဓိပ္ပါယ်မှာ မကောင်းသော အကျင့်၊ မကောင်းမှု၊ အကုသိုလ် ဟု ဆိုလိုသည်။ အပြစ်မကင်းသော အလုပ်မှန်သမျှ **ဒုစရိုက်ချည်း** ဖြစ်သည်။ ယင်း ဒုစရိုက်သည် ကာယ ဒုစရိုက် ၃ ပါး၊ ဝစီဒုစရိုက် ၄ ပါး၊ မနောဒုစရိုက် ၃ ပါး အားဖြင့် ၁၀ ပါးရှိသည်။

## ကာယ ဒုစရိုက် ၃ ပါး

၁။ ပါဏာတိပါတ - သတ္တဝါ၏ အသက်ကို သတ်ခြင်း။
၂။ အဒိန္နာဒါန - သူတစ်ပါး၏ ပစ္စည်းကို မတရားယူခြင်း။
၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ - ကာမဂုဏ်တို့၌ မှားယွင်းစွာကျင့်ခြင်း။

## ဝစီ ဒုစရိုက် ၄ ပါး

၄။ မုသာဝါဒ - မမှန်သော စကားကို ပြောဆိုခြင်း။
၅။ ပိသုဏဝါစာ - ကုန်းချော ရန်တိုက်စကားကို ပြောဆိုခြင်း။
၆။ ဖရုသဝါစာ - ကြမ်းတမ်း ရိုင်းစိုင်းသော စကားကို ပြောဆိုခြင်း
၇။ သမ္ဖပ္ပလာပ - အကျိုးမရှိ အနှစ်မပါသော စကားကို ပြောဆိုခြင်း။

## မနော ဒုစရိုက် ၃ ပါး

၈။ အဘိဇ္ဈာ - သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို **"မိမိပစ္စည်း ဖြစ်လျှင်ကောင်းမှာပဲ"** ဟု ရလိုသမှု ရှေးရှုကြံစည်ခြင်း။
၉။ ဗျာပါဒ - သူတစ်ပါးကို ပျက်စီးစေလိုခြင်း။
၁၀။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ - အသိအမြင် အယူဝါဒ လွဲမှားနေခြင်း။

### ဆောင်ပုဒ်

**သက်သတ် ခိုးခြင်း၊ မှားယွင်းကာမ၊ ဤသုံးဝ မှတ်ကြကာယကံ။**
**မုသားကုန်းတိုက်၊ ရိုင်းမိုက်ကြမ်းညစ်၊ အနှစ်မပါ၊ ပြောဆိုတာ၊**
**လေးဖြာ ဝစီကံ။**
**သူ့ပစ္စည်းကို၊ ရလိုတွေးကြံ၊ သူပျက်ရန်ကို၊ ကြံစည်စဉ်းစား၊**
**အယူမှား၊ သုံးပါး မနောကံ။**
**ဒုစရိုက်တရား၊ ပြုသူများ၊ လားရ ပါယ်လေးတန်။**
**ဒုစရိုက် ဆယ်ပါး၊ ရှောင်ကြဉ်ငြား၊ ဆယ်ပါး သုစရိုက်ကံ။**
**သုစရိုက်တရား၊ ပြုသူများ၊ လားရ နတ်နိဗ္ဗာန်။**

### သုစရိုက် ၁၀ ပါး

ဒုစရိုက်ဆယ်ပါးမှ ရှောင်ကြဉ်လျှင် **သုစရိုက် ၁၀ ပါး** ဖြစ်သည်။ **သုစရိတ=သုစရိုက်**=ကောင်းသောအကျင့်၊ ကောင်းမှုကုသိုလ်ဟု ဆိုလိုသည်။ အပြစ်ကင်းသော အလုပ်မှန်သမျှ **သုစရိုက်**ချည်း ဖြစ်သည်။ ယင်း သုစရိုက်သည်လည်း ကာယသုစရိုက် ၃ ပါး၊ ဝစီသုစရိုက် ၄ ပါး၊ မနောသုစရိုက် ၃ ပါး အားဖြင့် ၁၀ ပါး ရှိသည်။

### ကာယသုစရိုက် ၃ ပါး

၁။ သတ္တဝါ၏ အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
၂။ သူတစ်ပါး၏ ပစ္စည်းကို မတရားယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
၃။ ကာမဂုဏ်တို့၌ မှားယွင်းစွာ ကျင့်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။

## ဝစီသုစရိုက် ၄ ပါး

၄။ မမှန်သော စကားကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
၅။ ကုန်းချော ရန်တိုက်စကားကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
၆။ ကြမ်းတမ်း ရိုင်းဆိုင်းသော စကားကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
၇။ အကျိုးမရှိ အနှစ်မပါသောစကားကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။

## မနောသုစရိုက် ၃ ပါး

၈။ အနဘိဇ္ဈာ= သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို မိမိပစ္စည်း ဖြစ်စေလိုသမှု ရှေးရှု မကြံစည်ခြင်း။
၉။ အဗျာပါဒ= သူတစ်ပါးကို ပျက်စီးစေလိုစိတ် မရှိခြင်း။
၁၀။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ= အယူဝါဒ ဖြောင့်မှန်ခြင်း၊ မှန်သော အယူဝါဒ။

## အကုသလကမ္မပထ ကုသလကမ္မပထ

ဒုစရိုက် ၁၀ ပါးကို **အကုသလကမ္မပထ** တရား (ဒုဂ္ဂတိသို့ ရောက်ကြောင်း မကောင်းမှု) ၁၀ ပါး၊ သုစရိုက် ၁၀ ပါးကို **ကုသလကမ္မပထ**တရား (သုဂတိသို့ ရောက်ကြောင်း ကောင်းမှု) ၁၀ ပါး ဟုလည်း ကျမ်းဂန်တို့၌ ဖော်ပြကြသည်။

**ဒုစရိုက်၏ ဆိုးကျိုးများ** မကောင်းမှု ဒုစရိုက်ကို ပြုသူများသည် မည်သည့်အခါမျှ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို မရနိုင်ဘဲ ဆိုးကျိုး ဆင်းရဲကျိုးကိုသာ ရကြ၏။ အကြောင်းဆိုး၍ အကျိုးဆိုးကြခြင်းပင်။ ဤသဘောကို မြတ်စွာဘုရားသည် **ဒုစ္စရိတဝိပါက**သုတ်၌ အောက်ပါအတိုင်း ဟောတော်မူခဲ့၏။

၁။ သတ္တဝါ၏ အသက်ကို သတ်ခြင်းအမှု **ပါဏာတိပါတ ဒုစရိုက်**ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုသူသည် ငရဲသို့ ကျရ၏။ တိရစ္ဆာန် ဖြစ်ရ၏။ ပြိတ္တာ ဖြစ်ရ၏။

အပေါ့ဆုံး အသေးဆုံး ပါဏာတိပါတသည်ပင် ပြုသူကို အသက် တိုစေတတ်၏။ ပဋိသန္ဓေနေဆဲမှာဖြစ်စေ၊ မွေးဖွားခါစမှာဖြစ်စေ သေရခြင်းကိုပင် ဖြစ်စေတတ်၏။

၂။ သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို ခိုးဝှက် လုယက် လိမ်လည် လှည့်ပတ် အကျပ်ကိုင်၍ မတရားယူခြင်းအမှု **အဒိန္နာဒါန ဒုစရိုက်**ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုသူသည် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ ဖြစ်ရ၏။

အပေါ့ဆုံး အသေးဆုံး အဒိန္နာဒါနသည်ပင် ပြုသူကို စီးပွါးဥစ္စာ ပျက်စီးစေတတ်၏။ တစ်ပြားတစ်ချပ်မျှပင် လက်ထဲမှာ မရှိအောင် ဆင်းရဲမွဲတေစေတတ်၏။

၃။ ကာမဂုဏ် ကိစ္စတို့၌ ဖောက်ပြားသောအမှု **ကာမေသုမိစ္ဆာစာရဒုစရိုက်**ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုသူသည် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ ဖြစ်ရ၏။

အပေါ့ဆုံး အသေးဆုံး မိစ္ဆာစာရသည်ပင် ပြုသူကို ရန်များစေတတ်၏။ မြင်သူတိုင်းက ရန်သူ သဖွယ် သဘောထားတတ်၏။

၄။ မမှန်စကား လိမ်ညာလှည့်ဖြား ပြောကြားခြင်းအမှု **မုသာဝါဒ ဒုစရိုက်**ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုသူသည် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ ဖြစ်ရ၏။

အပေါ့ဆုံး အသေးဆုံး မုသာဝါဒသည်ပင် ပြောသူကို မဟုတ်မမှန် အစွပ်စွဲခံရစေတတ်၏။ ဘယ်သူပြုပြု သူ့ခေါင်းပေါ်မှာချည်း အပြစ် ကျတတ်၏။

၅။ လူနှစ်ဦးအကြား မေတ္တာ ပျက်ပြားအောင် ကုန်းချော ရန်တိုက်စကား ပြောကြားခြင်းအမှု **ပိသုဏဝါစာ ဒုစရိုက်**ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုသူသည် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ ဖြစ်ရ၏။

အပေါ့ဆုံး အသေးဆုံး ပိသုဏဝါစာသည်ပင် ပြောသူကို မိတ်ပျက်စေတတ်၏။ ချစ်ခင်သူနည်းပါး မိတ်ဆွေ ရှားစေတတ်၏။ အသစ် ဆက်ဆံရသမျှသော မိတ်ဆွေများသည်လည်း ရှောင်ခွာ၍သာ သွားတတ်၏။

၆။ ကြမ်းတမ်း ရိုင်းပျသော စကားကို ပြောခြင်းအမှု **ဖရုသဝါစာ ဒုစရိုက်**ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြောသူသည် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ ဖြစ်ရ၏။

အပေါ့ဆုံး အသေးဆုံး ဖရုသဝါစာသည်ပင် ပြောသူကို မနှစ်မြို့စရာ နားမခံသာသော စကားတို့

ကိုသာ ကြားရစေတတ်၏။ သွားလေရာရာ နေလေရာရာ တို့၌ နား မချမ်းသာစရာ စိတ် မချမ်းသာစရာ စကား တို့ကိုသာ ကြားရစေတတ်၏။

၇။ အကျိုးမရှိ အနှစ်မပါသော စကားပေါ့ စကားဖျင်း ပြောဆိုခြင်းအမှု **သမ္ဖပ္ပလာပ ဒုစရိုက်**ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုသူသည် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ ဖြစ်ရ၏။

အပေါ့ဆုံး အသေးဆုံး သမ္ဖပ္ပလာပသည်ပင် ပြောသူ၏ စကားကို သူတစ်ပါး နားမထောင်လိုခြင်း ဟူသော ဆိုးကျိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။

၈။ အရက်သေစာ စသော မူးယစ်ဆေးကို သောက် စား ရှူ ထိုးခြင်းအမှု **သုရာမေရယ ဒုစရိုက်**ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုသူသည် ငရဲ တိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာ ဖြစ်ရ၏။

အပေါ့ဆုံး အသေးဆုံး သုရာမေရယသည်ပင် သောက်သူကို သတိလွှင့်ပါး စိတ်ချောက်ခြား၍ နောက်ကျသွားစေတတ်၏။ စိတ် မတည်တံ့ ပြေးလွှင့် ပျံ့၍ ရူးအံ့သောအသွင် စကားပင် မပီ သွံ့အ, သည်၏ အဖြစ်သို့ပင် ရောက်စေတတ်၏။

**(အင်္ဂုတ္တရ၊ အဋ္ဌက၊ ဒုစ္စရိတဝိပါကသုတ်)**

ယခု ဖော်ပြခဲ့သည်မှာ ဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့် ဒုစရိုက် ဆိုးကျိုးပြ **ဒုစ္စရိတဝိပါက** ဒေသနာတော် ဖြစ်၏။

**အရက်သေစာသည် ဒုစရိုက်** အရက်သေစာနှင့် မကင်းနိုင်သူများက ဒုစရိုက် ၁၀ ပါး တွင် သုရာမေရယ မပါသဖြင့် အရက်သေစာ သောက်စားခြင်းသည် မကောင်းမှု ဒုစရိုက် မဟုတ်ဟု ပြောတတ် ရေးတတ်ကြ၏။

ဤ **ဒုစ္စရိတ ဝိပါက**သုတ်၌ အခြားသော ဒုစရိုက် တရားများနည်းတူ အရက်သေစာ သောက်စားခြင်းကြောင့် ငရဲသို့ကျခြင်း၊ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်ခြင်း၊ ပြိတ္တာဖြစ်ခြင်းစသော ဆိုးကျိုးများအပြင် လူဖြစ်လျှင်လည်း စိတ်ချောက်ချား၍ ရူးသွပ်သွားတတ်ခြင်း အကျိုးကိုပင် ရတတ်ကြောင်း မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော် မူထား၏။

ထို့ကြောင့် အရက်သေစာ သောက်စားခြင်းသည် ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်း **မကောင်းမှု ဒုစရိုက်**ဖြစ်သည်မှာ ထင်ရှား၏။

## ထူးဆန်းသော ဝက်လူကြီး

**ရာဇဂြိုဟ်မြို့**သည် စည်ကား၏။ အုပ်ချုပ်သူ ဘုရင် ဗိမ္ဗိသာရနှင့် သမားတော်ကြီး **ဇီဝက**တို့ကြောင့် ထင်ရှား၏။ ထူးခြားသော လက္ခဏာ တစ်ရပ်မှာ မြို့ကို တောင်ငါးလုံးက ဝန်းရံထားခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

ထို တောင်ငါးလုံးကား **ပဏ္ဍဝ၊ ဝေဘာရ၊ ဝေပုလ္လ၊ ဣသိဂိလိ၊ ဂိဇ္ဈကုဋ်**တို့ ဖြစ်ကြ၏။ တောင်ငါးလုံးမှာ မနိမ့်မမြင့် ဖြစ်၍ မြို့၏ တံတိုင်းများသဖွယ် တည်ရှိကြ၏။ ဝေဠုဝန် ကျောင်းတော်မှာ တောင်များ၏ အပြင်ဘက်တွင် ရှိ၏။

**အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်**နှင့် **အရှင်လက္ခဏ** မထေရ် နှစ်ပါးသည် **ဂိဇ္ဈကုဋ်** တောင်ပေါ်မှ ဆင်းလာကြ၏။ တောင်စောင်း တစ်နေရာတွင် အလွန် ထူးဆန်းသော သတ္တဝါ တစ်ကောင်ကို **အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်** မြင်ရ၏။

သတ္တဝါကြီးမှာ မော့ကြည့်ရလောက်အောင်ပင် ကြီးမားလှ၏။ သူ၏ကိုယ်မှာ လူကိုယ်ဖြစ်၍ ခေါင်းမှာ လူခေါင်း မဟုတ်ပဲ ဝက်ခေါင်းကြီး ဖြစ်နေ၏။ နှုတ်သီးအတွင်းမှ အမြီးတစ်ချောင်း တွဲလောင်းကျကာ ပေါက်နေရာ ဝက်တစ်ကောင်သည် ဝက်မြီးတစ်ခုကို ကိုက်ထားသကဲ့သို့ ရှိ၏။ အမြီး ပေါက်နေသော နှုတ်သီးအတွင်းမှ ပိုးလောက်တွေ တဖွားဖွား ကျနေသည်မှာ မြင်ရသူ အော်ဂလီ ဆန်စရာ ဖြစ်နေ၏။ သတ္တဝါကြီး တစ်ကောင်လုံးကို ခြုံ ကြည့်လိုက်လျှင် ကြောက်စရာ ရွံစရာ သတ္တဝါကြီး ဖြစ်နေ၏။

**ဝေဠုဝန်** ကျောင်းတော်အတွင်း မြတ်စွာဘုရား၏ ထံတော်မှောက်သို့ မထေရ်နှစ်ပါး ရောက်လာကြသောအခါ **အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်** က အကြောင်းစုံကို လျှောက်ထား၏။ မြတ်စွာဘုရားက **ဂိဇ္ဈကုဋ်** တောင်စောင်းမှ ထိုဝက်လူကြီးမှာ ပြိတ္တာကြီး ဖြစ်ကြောင်း၊ ကုန်းချောရန်တိုက်စကား ပြောဆိုခြင်းအမှု **ပိသုဏဝါစာဒုစရိုက်**ကြောင့် ပြိတ္တာဖြစ်ကာ ဆင်းရဲ ခံနေရကြောင်း မိန့်ကြားတော်မူ၏။

ထို ဝက်လူ ပြိတ္တာကြီးမှာ **ကဿပ**မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါက နာမည်ကြီး ဓမ္မကထိက ဘုန်းကြီးတစ်ပါး ဖြစ်ခဲ့၏။ ထို ဓမ္မကထိကသည် တရားဟော လှည့်လည်ရာမှ တောရွာ တစ်ရွာရှိ ဘုန်းကြီးကျောင်း တစ်ကျောင်း၌ တည်းခိုနေ၏။

ထိုကျောင်းမှ ကျောင်းနေ **အာဝါသိက** ဘုန်းကြီး နှစ်ပါးမှာ စိတ် သဘောထား နူးညံ့လှ၏။ တအူတုန်ဆင်း ညီရင်းအကိုပမာ လွန်စွာ ခင်မင်ကြ၏။ အချင်းချင်း ရိုသေ လေးစားကြ၏။ ထို့ကြောင့် ရွာရှိ ဒကာ ဒကာမတို့က လွန်စွာမှ ကြည်ညိုကြသဖြင့် အစစအရာရာ ဘာမျှ လိုလေသေး မရှိအောင် လှူဒါန်း ပြုစုကြသောကြောင့် အလွန် ပြည့်စုံသောကျောင်း ဖြစ်၏။

**ကုန်းချောပြီ** ဤ အခြေအနေကို တပ်မက်စိတ် ဝင်နေသော ဓမ္မကထိကသည် သူ့ကို ချမ်းချမ်းသာသာ နေနိုင်အောင် အစွမ်းကုန် ပြုစု စောင့်ရှောက်ရုံမျှမက အနီးအပါး ရွာများ၌ တရားပွဲ ကျင်းပနိုင်အောင် စီစဉ်ပေးသည့် အရှင်နှစ်ပါး၏ ကျေးဇူးကိုမျှ မထောက်ထားဘဲ အကျိုးလိုလားသည့် ဟန်ဖြင့် အရှင် နှစ်ပါးကို ဟိုတစ်မျိုး သည်တစ်ဖုံ ပြောကာ ကုန်းတိုက်၏။

ရိုးသား၍ စိတ်ကောင်းရှိလှသော အရှင်နှစ်ပါးမှာ တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ်မျှ ပြောသည့် ကုန်းချောစကားကို မယုံကြသော်လည်း အကြိမ်ကြိမ် ပြောလာသောအခါ ယုံကြည်သွားကြ၏။ ရိုးသားသူများ ဖြစ်၍ အချင်းချင်း ဖြေရှင်းဖို့ကိုပင် သတိမရဘဲ နှစ်ပါးလုံး ကျောင်းကို ပစ်ခဲ့ပြီးလျှင် အသီးသီး တစ်လမ်းစီ ထွက်သွားကြလေသည်။ ဓမ္မကထိက ဘုန်းကြီးသည် လူကြားကောင်းရုံမျှ တားမြစ်ပြီးနောက် ကျောင်းကို အပိုင်စီးလိုက်တော့၏။

အရှင် နှစ်ပါးမှာ ကုန်းစကားကို ယုံစားမိကြ၍ အချင်းချင်း မေတ္တာပျက်ကာ စိတ်လက် မချမ်းသာစွာဖြင့် နှစ်ပေါင်းများစွာ

တစ်နေရာပြီး တစ်နေရာ ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်ကြ၏။ နောက်ဆုံး၌ တောရွာကျောင်း တစ်ကျောင်းတွင် မမျှော်လင့်ဘဲ ဆုံမိကြရာမှ အချင်းချင်း ဝမ်းနည်း ကြေကွဲစွာ မေးမြန်းမိကြ၏။ ထိုအခါမှ ခမ္မ ကထိကက ကျောင်းလိုချင်၍ မိမိတို့နှစ်ပါး ကွဲပြားအောင် ကုန်းစကား တိုက်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသဖြင့် နှစ်ပါးလုံး နေရင်းကျောင်းကို ပြန်လာကာ ဓမ္မကထိကကို ကျောင်းမှ နှင်ထုတ်ပြီးလျှင် ရှေးကကဲ့သို့ပင် ချမ်းသာစွာ နေထိုင်ကြလေ၏။

**အဝီစိသို့** ဓမ္မကထိကသည် ကျောင်းမှ ထွက်ခွာသွားပြီးနောက် မကြာမီပင် ကွယ်လွန်သွားပြီးလျှင် အဝီစိ ငရဲ၌ ကျရောက်ရ၏။ နှစ်ပေါင်းများစွာ ငရဲဆင်းရဲကို ခံစားရပြီးနောက် ငရဲမှ လွတ်မြောက်လာသော်လည်း ကုန်းချော ဒုစရိုက်ကံ၏ အကြွင်းအကျန် မကုန်သေးသဖြင့် **ဂိဇ္ဈကုဋ်**တောင်၌ ဝက်လူ ပြိတ္တာကြီး လာဖြစ်နေရကြောင်း ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ရှင်းလင်း ဟောကြား တော်မူ၏။

ကြောက်ဖွယ်ကောင်းလှသည့် ပိသုဏာဝါစာ ဒုစရိုက်ကံ၏ ဆိုးကျိုးပါပေတည်း။ (ဓမ္မ-ဋ္ဌ ၂၊ ၂၅၈-၂၆၀)

## နာမည်ကြီး အမ္ဗပါလီ

ကေရာဇ်ခေတ်တွင် **ဝေသာလီပြည်**သည် ကေရာဇ်နိုင်ငံ မဟုတ်ပေ။ ဂဏ အုပ်ချုပ်ရေးစနစ်ဖြင့် အုပ်ချုပ်သော နိုင်ငံဖြစ်၏။

**ဝေသာလီ**ပြည်မှ **လိစ္ဆဝီ** မင်းသားတို့သည် စုပေါင်း အုပ်ချုပ်ရေး (ဂဏ)စနစ်ကို အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်သလောက် ဖြစ်နိုင်သမျှ အကောင်အထည် ဖော်နေကြသူများ ဖြစ်၏။ အောင်မြင်သလောက်လည်း အောင်မြင်နေ၏။ **ဝေသာလီ** အုပ်ချုပ်ရေးမှာ အသွင်အပြင်ရော အနှစ်သာရပါ ဂဏစနစ် ဖြစ်၏။ **မလ္လာ**မင်းသားတို့လည်း ဤဂဏစနစ်ကိုပင် ကြိုးစား၍ တည်ဆောက်နေကြ၏။ သို့သော် **ဝေသာလီ** လောက်ကား အောင်မြင်မှု ရပုံ မပေါ်သေးပေ။

**နာမည်ကျော်** ထိုခေတ်က **ဝေသာလီ**ဟုဆိုလျှင် **အမ္ဗပါလီက** တွဲလျက်ပါပြီး ဖြစ်နေ၏။ **ဝေသာလီ**နှင့် **အမ္ဗပါလီ**သည် ခွဲ၍မရပေ။ ဤမျှပင် **အမ္ဗပါလီက** နာမည်ကြီး၏။ နာမည်ကြီးသလောက်လည်း ချောလှ၏။ သို့သော် သူ့အလုပ်ကား လူတန်းစား အမြင်ဖြင့်ကြည့်လျှင် အောက်ဆုံးလွှာ အတန်းစားဖြစ်၏။ သူကား လူတိုင်းကို ပျော်လေအောင် ဖျော်ဖြေရသော ပြည့်တန်ဆာသာတည်း။

**အမ္ဗပါလီ**ဆိုသည့် နာမည်မှာ ဆန်းလည်းဆန်း၏။ နှစ်သက်ဖွယ်လည်း ရှိ၏။ သရက်ပင် အစောင့်အရှောက် ရှိသူ၊ သရက်ပင်၏ စောင့်ရှောက်ခြင်းကို ခံရသူဟု အဓိပ္ပါယ်ရ၏။ သူသည် လူ့ဝမ်း၌ ပဋိသန္ဓေမနေ။ သရက်ပင်၌ ပဋိသန္ဓေ နေသည်ဟု ပြောကြ၏။ သူသည် အမှန်ပင် သရက်ပင်၌ ပဋိသန္ဓေ နေလေသလား သို့မဟုတ် တရားမဝင် ရထားသည့် မွေးစကလေးကို မကျွေးမွေး မသုတ်သင်နိုင်၍ မိခင်က သရက်ပင်အောက်သို့ လာရောက် ပစ်ထားလေသလား

ဆိုသည်ကိုတော့ မည်သူမျှ တပ်တပ်အပ်အပ် မပြောနိုင်ပေ။ မည်သို့ဆိုစေ သူ့နာမည်က သရက်ပင်နှင့် တနည်းနည်းဖြင့် ဆက်စပ်မှု ရှိနေသည်တော့ အမှန်ပင်။

**အမ္ဗပါလီ**။ နာမည်က လှ၏။ ရုပ်က ချော၏။ သူမတူအောင် ချော၏။ သို့သော် သူ့အလုပ်က ယုတ်ညံ့လှ၏။

**ကုသိုလ်ကံ** သူသည် **ဖုဿဘုရားရှင်** ပွင့်တော်မူစဉ် အခါက အကြီးအကျယ် အလှူကြီးပေး၍ ရုပ်ရည် ချောမော လှပရန် ဆုပန်ခဲ့၏။ ထိုစဉ်က အင်အားကောင်းသလောက် တက်ကြွ ထက်သန်နေသော လှူချင်စိတ်၏ တွန်းပို့ပေးမှုကြောင့် ယခုဘဝ၌ သည်အလှကို သူ ရခြင်းဖြစ်၏။

**အကုသိုလ်ကံ** **သိခီဘုရားရှင်** လက်ထက်တော်အခါ၌ ဘိက္ခုနီမ ဖြစ်ခဲ့၏။ တတ်နိုင်သမျှ တရားကျင့်ခဲ့၏။ သို့သော် ခရီးတော့ မရောက်ခဲ့ပေ။ တစ်နေ့ စေတီတော် တစ်ဆူကို ဖူးမြော်ရင်း စေတီကို လက်ယာရစ် လှည့်ပတ်နေရာမှ ဘုရားရင်ပြင်တော်ပေါ်တွင် တံတွေးကွက် တစ်ကွက်ကို သူ တွေ့ရ၏။ ရှေ့က သွားကြသော ဘိက္ခုနီ တစ်သိုက်ထဲမှ တစ်ယောက်ယောက် ထွေးသွားကြောင်း သူ သိ၏။ အမှန်တော့ တံတွေး ထွေးသွားသော ဘိက္ခုနီမှာ ရင်ပြင်တော် လွတ်ရာသို့ သွား၍ ထွေးခြင်း ဖြစ်သော်လည်း ရေးကြီးသုတ်ပျာဖြစ်၍ ရင်ပြင်တော်ပေါ် ကျမှန်းမသိ ကျသွားခြင်း ဖြစ်၏။

**အမ္ဗပါလီ**အလောင်း ဘိက္ခုနီသည် တံတွေးကွက်ကို တွေ့လျှင် "ဟင်း... ဘယ်က ပြည့်တန်ဆာမများ ရင်ပြင်တော်ပေါ် ထွေးသွားပါလိမ့်၊ အကျင့်ယုတ်မတွေ၊ သာသနာဖျက်မတွေ"ဟု ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ဆဲလိုက်၏။ ဘုရား သမီးတော်ဖြစ်သော ဘိက္ခုနီမတစ်ပါး မဆိုထားနှင့်တော့။ သာမာန် အဆင့်အတန်းရှိသော လူဝတ်ကြောင် မိန်းမ တစ်ယောက်ပင် နှုတ်မှ မထွက်ဝံ့သော စကား၊ မထွက်သင့်သော စကားကို သူ့နှုတ်မှ ကြမ်းတမ်းစွာ ထွက်လိုက်၏။

**ဆိုးကျိုး** ဤ **ဖရသဝါစာ** ဒုစရိုက်ကြောင့် သူသည် ဘဝများစွာ ပြည့်တန်ဆာချည်း ဆက်ကာဆက်ကာ ဖြစ်ခဲ့ရ၏။ ဤ **အမ္ဗပါလီ** ဘဝတွင်လည်း အခြေအနေက တွန်းပို့သဖြင့် စိတ်မပါဘဲလျက် ယုတ်ညံ့သော ပြည့်တန်ဆာ အလုပ်ကို လုပ်နေရ၏။

သို့သော်လည်း မြတ်စွာဘုရား တည်းဟူသော အမှီကောင်း ကလျာဏမိတ္တကို ရ၍ ဘုရားရှင်၏ ကျောင်းအမ ဖြစ်ရပြီးလျှင် အရွယ်ထောက်လာသည့်အခါ သာသနာ့ဘောင်ဝင်ကာ တရား အားထုတ်သဖြင့် ရဟန္တာ ဖြစ်သွား၏။

ဝစီဘေဒ ထိတိုင်းရှလှပါတကား။

## ဆုတောင်းလို့ တောင်းပန်လို့ မရနိုင်

**အသိဗန္ဓက** မြတ်စွာဘုရားသည် နာလန္ဒမြို့ ပါဝါရိက သူဌေး၏ သရက် ဥယျာဉ်၌ သီတင်း သုံးတော်မူစဉ် တစ်ချိန်တွင် **အသိဗန္ဓက**၏ သား ရွာသူကြီးက ပစ္ဆိမ္ဘ ရစ်မှာ နေသော ပုဏ္ဏားများသည် လူသေလျှင် သေသူကို နတ်ပြည်သို့ တင်ပေးကြကြောင်း လျှောက်ထား ပြီးနောက် "မြတ်စွာဘုရားလည်း ထိုကဲ့သို့ ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသလား"ဟု ဆက်လက်၍ မေးမြန်း လျှောက်ထား၏။

မြတ်စွာဘုရားက "ရွာသူကြီး၊ သင် သဘောပေါက်သလို ဖြေပါ"ဟု မိန့်ကြားပြီးနောက် သူကြီးကို မေးခွန်း ထုတ်တော်မူ၏။ "သူကြီး၊ ကျောက်ဖြာကို ရေထဲချလိုက်ပြီး ဒီကျောက်ဖြာကြီး ရေပေါ်မှာ ပေါလော ပေါ်နေပါစေလို့ ကြီးမားလှတဲ့ လူထုကြီးက ဝိုင်းဝန်း ဆုတောင်း တောင်းပန်ရင် အဲဒီ ကျောက်ဖြာကြီး ရေပေါ် ပေါ်ပါမည်လား။"

"မပေါ်နိုင်ပါ ဘုရား"

"အဲဒီ ဉပမာအတိုင်းပဲ သူကြီး၊ ဒုစရိုက်အမှု ပြုတဲ့သူကို ဒီလူသေရင် နတ်ပြည် ရောက်ပါစေလို့ လူတွေက ဝိုင်းဝန်းပြီး ဘယ်လိုပင် ဆုတောင်း၊ ဘယ်လိုပင် တောင်းပန်သော်လည်း အဲဒီသူဟာ နတ်ပြည် မရောက်နိုင်ဘူး။ အပါယ်ပဲ ကျမှာပဲ"

"နောက်တစ်ခု မေးဦးမည်။ သင် သဘောပေါက်သလို ဖြေပါ သူကြီး။ ထောပတ်အိုးကို ဖြစ်စေ၊ ဆီအိုးကိုဖြစ်စေ ရေနက်ကြီးထဲ

နှစ်ခဲ့လိုက်ပြီး ရေပေါ် ပေါ်လာတဲ့ ထောပတ်တွေ ဆီတွေကို 'ရေထဲ မြုပ်ကြပါ၊ မပေါ်ကြပါနဲ့'လို့ လူတွေက ဝိုင်းဝန်း ဆုတောင်းကြ တောင်းပန်ကြရင် အဲဒီ ထောပတ်တွေ ဆီတွေ ရေထဲ မြုပ်ပါမည်လား"

"မမြုပ်ပါ ဘုရား"

"အဲဒီ ဥပမာအတိုင်းပဲ သူကြီး၊ သုစရိုက်အမှု ပြုတဲ့လူကို 'ဒီလူသေရင် အပါယ်ကြပါစေ'လို့ လူတွေက ဝိုင်းဝန်းပြီး ဘယ်လိုပင် ဆုတောင်း၊ ဘယ်လိုပင် တောင်းပန်သော်လည်း ဒီလူဟာ အပါယ် မကျနိုင်ဘူး။ နတ်ပြည်ကိုပဲ ရောက်မှာပဲ"

မြတ်စွာဘုရား၏ ဥပမာဖြင့် ရှင်းပြချက်ကို ရွာသူကြီး လွန်စွာ နှစ်သက်သွားသဖြင့် ဥပါသကာ အဖြစ် ခံယူလိုက်၏။

**(သံ ၂၊ ၄၉၈)**

မည်သည့်အရာကိုမျှ ဆုတောင်းရုံ တောင်းပန်ရုံမျှဖြင့် မရနိုင်။ ကိုယ်တိုင်အားထုတ်၍ ပြုလုပ်မှသာလျှင် ရနိုင်ကြောင်း ဖော်ပြသော တရားတော်ဖြစ်၏။

အခန်း (၉)

## ကြီးပွါးချမ်းသာရေး သြဝါဒများ

အောက်ပါတို့သည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တရားတော်များထဲမှ ကြီးပွါးချမ်းသာကြောင်း လိုက်နာဖွယ်ရာ ဆုံးမ သြဝါဒကောင်းများ ဖြစ်ပါသည်။

### ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ သြဝါဒ အချုပ်

၁။ မကောင်းမှု မှန်သမျှ မပြုလုပ်နှင့်။

၂။ ကောင်းမှု မှန်သမျှ ပြုလုပ်ပါ။

၃။ စိတ်ကို ဖြူစင်အောင် ထားပါ။ (ဓမ္မပဒ၊ ဗုဒ္ဓဝဂ်)

### ဆောင်ပုဒ်

**မကောင်းမှု ရှောင်၊ ကောင်းမှု ဆောင်၊ ဖြူအောင် စိတ်ကိုထား။**
**ခုလဲချမ်းသာ၊ နောင်ချမ်းသာ၊ မြတ်စွာ ဟောမိန့်ကြား။**
**အသားပဲဖြူဖြူ၊ အဝတ်ပဲဖြူဖြူ၊ စိတ်ဖြူဖို့သာ လိုရင်းဖြစ်သည်။**
**စိတ်ဖြူလျှင်၊ ကိလေသာစင်၊ နိဗ္ဗာန်ဝင်ရေး မဝေးတော့ပြီ။**

## ရှိသေခြင်း ရှိခိုးခြင်း၏ အကျိုး

မိမိထက် အသက်ကြီးသူ သီလ သမာဓိ ပညာ ဂုဏ်ကြီးသူတို့ကို ရှိသေ ကိုင်းရှိုင်းလျှင် ရှိခိုးလျှင်--

၁။ အသက်ရှည်ခြင်း၊

၂။ ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါ ချောမော လှပခြင်း၊

၃။ ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ချမ်းသာခြင်း၊

၄။ အားအင် ပြည့်ဖြိုးခြင်း အကျိုးများကို ရနိုင်၏။ **(ဓမ္မ ၁၊ ၄၂၅)**

## စိတ်ကို နိုင်အောင်ထိန်း

တစ်ချိန်တွင် မြတ်စွာဘုရားက **အနာထပိဏ်** သူဌေးကြီးအား ဤသို့ မိန့်တော်မူ၏။

**အနာထပိဏ်** သူဌေးကြီး စိတ်ကို နိုင်အောင် စောင့်ထိန်းနိုင်လျှင် ကိုယ်နှင့် နှုတ်ကိုလည်း စောင့်ထိန်းနိုင်သည်။

စိတ်ကို နိုင်အောင် မစောင့်ထိန်းနိုင်လျှင် ကိုယ်နှင့် နှုတ်ကိုလည်း မစောင့်ထိန်းနိုင်ပေ။

**အသီးတစ်ရာ၊ အညှာတစ်ခု၊ ပမာရှု၍၊ စိတ်ဟုမည်ငြား၊ ဤတစ်ပါးမျှ၊ တရားကိုကြပ်၊ စောင့်စည်းကွပ်က၊ လူရပ် နတ်ရွာ၊ ဗြဟ္မာ နိဗ္ဗာန်၊ ရောက်ကြောင်းမှန်၏။ (မဃဒေဝ လင်္ကာသစ်)**

## စိတ်ကိုဆုံးမလျှင် ချမ်းသာ၏

နိုပ်ကွပ်ရန် ခဲယဉ်းသော၊ ပေါ့ပါး လျင်မြန်သော၊ သူသွားလိုရာ အာရုံသို့ သွားတတ်သော စိတ်ကို နိုင်နင်းအောင် ဆုံးမလျှင် ချမ်းသာ၏။ (ဓမ္မပဒ၊ စိတ္တဝဂ်)

## ဆောင်ပုဒ်
## စိတ်ကိုထိန်းသူ နှင့် မထိန်းသူ

**မြင်နိုင်ခဲစွ၊ သိမ်မွေ့လှ၍၊ သူကျလိုရာ၊ ကျတတ်ပါသည့်၊ ပမာမျောက်နှိုင်း၊ စိတ်ဆင်ရိုင်းကို၊ ချင့်နှိုင်းဉာဏ်ယှဉ်၊ သမ္မဇဉ်နှင့်၊ အစဉ်ချွန်းအုပ်၊ သတိချုပ်၍၊ မလှုပ်မယိုင်၊ ကောင်းစွာနိုင်သော်၊ ဖွံ့ခိုင်ဖြိုးဖြိုး၊ ချမ်းသာတိုးသည်၊ ကောင်းကျိုးကြွယ်လိမ့်မည်သာကို။**

**မြင်နိုင်ခဲစွ၊ သိမ်မွေ့လှ၍၊ သူကျလိုရာ၊ ကျတတ်ပါသည့်၊ ပမာမျောက်နှိုင်း၊ စိတ်ဆင်ရိုင်းကို၊ ထုံးသိုင်းဖြေချွတ်၊ ထင်တိုင်းလွှတ်၍၊ မကွပ်မထိန်း၊ ညွတ်တိုင်းယိမ်းက၊ အေးငြိမ်းချမ်းသာ၊ မရပါဘဲ၊ ပူဗျာဆင့်ကဲ၊ လွန်ဆင်းရဲသည်၊ မိုက်မဲသူတို့လမ်းစဉ်တည်း။**

## ကြီးပွါးကြောင်း တရား ခုနစ်ပါး

၁။ ထကြွ လုံ့လ ဝီရိယ ရှိခြင်း၊
၂။ သတိရှိခြင်း၊
၃။ အပြစ်ကင်းသော အလုပ်ကိုသာ ပြုလုပ်ခြင်း၊
၄။ စဉ်းစား ဆင်ခြင်၍ ပြုလုပ်ခြင်း၊
၅။ ကိုယ် နှုတ် စိတ် သုံးပါးလုံးကို စောင့်ထိန်းခြင်း၊

၆။ တရားနှင့်အညီ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း ပြုခြင်း၊
၇။ ကုသိုလ်တရားတို့ကို မမေ့ခြင်း၊

ဤ အချက်တို့နှင့် ပြည့်စုံသောသူအား စည်းစိမ် ဥစ္စာ အခြံအရံ အကျော်အစောတို့ တိုးပွါး၏။ **(ဓမ္မပဒ၊ အပ္ပမာဒဝဂ်)**

## မကောင်းမှု၏ အကျိုး

မကောင်းမှု ပြုသူသည် ယခု ဘဝ၌လည်း စိုးရိမ် ပူဆွေးရ၏။ တမလွန် ဘဝ၌လည်း စိုးရိပ် ပူဆွေးရ၏။ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်ဘဝ နှစ်တန်လုံး၌ စိုးရိမ် ပူဆွေးရ၏။ ထိုသူသည် မိမိ၏ မစင်ကြယ်သော အလုပ်ကို သိမြင်ရသဖြင့် ပို၍ စိုးရိမ် ပူဆွေးရ၏။ **(ဓမ္မပဒ၊ ယမကဝဂ်)**

## ကောင်းမှု၏ အကျိုး

ကောင်းမှု ပြုသူသည် ယခု ဘဝ၌လည်း ဝမ်းမြောက်ရ၏။ တမလွန်ဘဝ၌လည်း ဝမ်းမြောက်ရ၏။ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်ဘဝ နှစ်တန်လုံး၌ ဝမ်းမြောက်ရ၏။ ထိုသူသည် မိမိ၏ စင်ကြယ်သော အလုပ်ကို သိမြင်ရသဖြင့် ပို၍ ဝမ်းမြောက်ရ၏။ **(ဓမ္မပဒ၊ ယမကဝဂ်)**

## ဆောင်ပုဒ်

## ကောင်းမှု နှင့် မကောင်းမှု

**ဘဝပေါင်းစု၊ သောင်းအထုတွင်၊ ကောင်းပြု ကောင်းပြော၊ ကောင်းသသောနှင့်၊ ကောင်းသောနလုံး၊ တဖြောင့်သုံး၍၊ သက်လုံးစင်ဖြူ၊ ထိုသည့်သူကား၊ "ငါမှုကောင်းမှု၊ အစုစုကို၊ ဆည်းပြုခဲ့မိ၊ ရတော်ဘိ"ဟု၊ မိမိပြုမှု၊ သန့်စင်ဖြူ၍၊ ပြစ်မြူမနှော၊ ဤသဘောကို၊ တွေးတောမိတိုင်း၊ ပီတိလှိုင်းဖြင့်၊ ယှက်သိုင်းရစ်လည်၊ ချမ်းမြေ့ ကြည်လျက်၊ ဤသည်ဘဝ၊ နောင်ဘဝနှင့်၊ ဘဝဆက်ဆက်၊ သံသာ**

စက်တွင်၊ စိတ်လက်ကြည်သာ၊ ရုပ်လန်းဖြာ၍၊ ချမ်းသာကောင်းကျိုး၊ ဒီရေတိုးသို့၊ ဖွံ့ဖြိုး ကြီးကျယ်၊ ပွင့်လန်းကြွယ်သည်၊ ထက်ဝယ်နတ်ထံ စံဖို့တည်း။

ဘဝစုစု၊ သံသာထုတွင်၊ အပြုအပြော၊ သဘောမဖြူ၊ ထိုသည့်သူကား၊ "ငါမှုမကောင်း၊ မှုအပေါင်းကို၊ ရင့်ညောင်း ကြာရှည်၊ ပြုမိသည်မှာ၊ မှားခဲ့စွာ"ဟု၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပြု၊ ပြစ်သောင်ထု၏၊ ညစ်ကျုဖြစ်တုံ၊ အိုးမလုံက၊ အအုံပွင့်ရာ၊ ဆိုပမာသို့၊ မသာနှလုံး၊ မရွှင်ပြုံးနိုင်၊ သောကလှိုင်လျက်၊ သည်းဆိုင်ကြွေမှု၊ ညှိုးခွေလျှ၍၊ စိတ်ကမလန်း၊ ရုပ်ညှိုးနွမ်းလျက်၊ ပင်ပန်းရိုရှား၊ အောက်လမ်းသွားသည်၊ လေးပါးအပယ် ဖြောင့်ဖြောင့်တည်း။

## သူတော်ကောင်း၏ ဂုဏ်ရနံ့

စံပယ် ကြက်ရုံး ဂမုံး နှင်းဆီ စသော ပန်းတို့၏ အနံ့သည် လေညာသို့ ဆန်၍ မမွှေးကြိုင်နိုင်။ သူတော်ကောင်းတို့၏ ဂုဏ်ရနံ့သည် သာလျှင် လေညာသို့ ဆန်လျက် မွှေးကြိုင်နိုင်၏။ အရပ် ဆယ်မျက်နှာလုံးသို့ ပျံ့နှံ့၍ မွှေးကြိုင်နိုင်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ပုပ္ဖဝဂ်)

## ဆောင်ပုဒ်

စံပယ် ကြက်ရုံး၊ ဂမုံး နှင်းဆီ၊ ပန်းထွေလီတို့၊ လေပြည်လေညှင်း၊ သူဆောင်ကြဉ်း၍၊ ပျံ့သင်းမွှေးကြိုင်၊ လေအောက်လှိုင်လည်း၊ မလှိုင်လေညာ၊ မမွှေးသာဘူး၊ ဆယ်ဖြာသုစရိုက်၊ စုံညီပြည့်မှု၊ ထိုသည့်သူ၏၊ မွှေးကြူသင်းပျံ့၊ ဂုဏ်ရနံ့ကား၊ ပျံ့နှံ့အောက်ထက်၊ လေဆန်တက်၍၊ ဘဝဂ်တိုင်ထိ၊ ပျံ့လှိုင်ဘိသည်၊ သူ၏သီလ ဖြူသောကြောင့်။

## သူတော်ကောင်းနှင့် ပေါင်းသင်းပါ

သူတော်ကောင်းကိုသာ မှီဝဲ ဆည်းကပ်ရ၏။ သူတော်ကောင်းနှင့်သာ ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံရာ၏။ သူတော်ကောင်းနှင့် ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံမှသာ သူတော်ကောင်းတရား သိ၍ အသိအလိမ္မာ ပညာ ရနိုင်၏။ သူမိုက် သူယုတ်ထံမှ အသိ အလိမ္မာ ပညာ မရနိုင်။ **(သဂါထာဝဂ္ဂသံယုတ်)**

## လူ ယောက်မ

လူမိုက်သည် ပညာရှိကို တစ်သက်လုံး မှီဝဲ ဆည်းကပ်နေသော်လည်း တရားကို မသိနိုင်။ ဥပမာ–ယောက်မသည် ဟင်း၏ အရသာကို မသိသကဲ့သို့ပင်။ **(ဓမ္မပဒ၊ ဗာလဝဂ်)**

## ဆောင်ပုဒ်

**သန္ဓေစိတ်ဓာတ်၊ ယုတ်ညံ့လတ်က၊ သူမြတ်တို့ထံ၊ တစ်သက်ပန်မျှ၊ နည်းခံရလည်း၊ မောဟဖုံးဘိ၊ မှောင်အတိမို့၊ မသိတရား၊ ယောက်မလား၊ များးလူ့အပြစ်တွေ။**

## လူလျှာ

ပညာဉာဏ်ပြည့်သူ လူလိမ္မာသည် ပညာရှိကို တစ်ခဏကလေးမျှ မှီဝဲ ဆည်းကပ်ရစေဦးတော့ တရားကို သိ၏။ ဥပမာ–လျှာသည် ဟင်း၏ အရသာကို သိသကဲ့သို့ပင်။ **(ဓမ္မပဒ၊ ဗာလဝဂ်)**

## ဆောင်ပုဒ်

**သန္ဓေစိတ်ဓာတ်၊ ကောင်းမွန်လတ်က၊ သူမြတ်တို့ထံ၊ ခါတစ်ရံမျှ၊ နည်းခံရလည်း၊ ခဏဖြင့်ပင်၊ ဉာဏ်သက်ဝင်၍၊ သိမြင်တရား၊ လျှာ**

## ရွှေအိုးကို လက်ညှိုးထိုးပြသူ

မိမိ၏ အပြစ်ကို ထောက်ပြ၍ မညှာမတာ ပြောဆို ဆုံးမတတ်သော ပညာရှိကို ရွှေအိုးညွှန်ပြသူကဲ့သို့ သဘောထား၍ မှီဝဲ ဆည်းကပ်ရာ၏။ ထိုကဲ့သို့သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ဆည်းကပ်ခြင်းကြောင့် အကျိုးရဖို့သာ ရှိ၏။ အကျိုး မယုတ်ပေ။ **(ဓမ္မပဒ၊ ပဏ္ဍိတဝဂ်)**

### ဆောင်ပုဒ်

**မေတ္တာ ကရုဏာ၊ ရှေးရှုကာဖြင့်၊ နာနာကျင်ကျင်၊ အပြစ်မြင်တိုင်း၊**
**သွန်သင်တတ်ရိုး၊ ပဏ္ဍိတ်မျိုးကို၊ ရွှေအိုးညွှန်ကြား၊ သူအလားသို့၊**
**ဝပ်တွားဆည်းကပ်၊ ဆက်ဆံတတ်၊ များမြတ် အကျိုးတွေ။**

## တောထဲက ကျွဲကန်း

ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်လည်းမရှိ၊ ဆရာ့ထံမှ ကျိုးနွံစွာ နည်းခံ သင်ယူထားသော နေနည်း ထိုင်နည်း အသိ အလိမ္မာလည်း မရှိသောသူသည် တောကြီးမျက်မည်း အတွင်းမှ ကျွဲကန်းကြီး ကဲ့သို့ ဒုက္ခလှလှကြီး ရောက်တတ်၏။ **(သတ္တကနိပါတ်၊ ဂန္ဓာရဇာတ်)**

### ဆောင်ပုဒ်

**ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်မဲ့၊ သင်ယူမဲ့၍၊ ကင်းမဲ့ပညာ၊ ဉာဏ်တုံးပါမူ၊**
**မဟာမြိုင်လယ်၊ ကျွဲကန်းနှယ်၊ ခက်ဖွယ်ကြုံရသည်။**

## ဆရာကောင်းထံ နည်းခံ

ဆရာကောင်းထံ၌ ကျိုးနွံစွာ နည်းခံ သင်ယူထားသူသည် ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့်လည်း ပြည့်စုံ၊ စိတ်လည်း တည်ကြည် ငြိမ်သက်၍ ကြည်လင် ရွှင်လန်း ချမ်းသာရ၏။ **(သတ္တကနိပါတ်၊ ဂန္ဓာရဇာတ်)**

## ဆောင်ပုဒ်

**ဆရာကောင်းထံ၊ နည်းနာခံ၍၊ သင်အံကြဲကျင့်၊ ပညာ ပွင့်သော်၊ ကိုယ်ကျင့်စုံညီ၊ စိတ်တည်ကြည်၊ ရွှင်ကြည်ချမ်းမြေ့ ပါသတည်း။**

## တန်ဖိုးရှိသော စကား

အကျိုးစီးပွါးနှင့် မစပ်သော စကားခွန်း တစ်ထောင်သည် အကျိုးစီးပွါးနှင့် စပ်သဖြင့် ကြားရသူ၏ စိတ်ကို ချမ်းမြေ့စေသော စကားတစ်ခွန်းလောက် တန်ဖိုးမရှိပေ။ **(ဓမ္မပဒ၊ သဟဿဝဂ်)**

## ဝီရိယ တန်ဖိုး

လုံ့လ ဝီရိယ မရှိဘဲ ပျင်းရိ ဖင့်နွဲလျက် နှစ်ပေါင်းတစ်ရာ အသက်ရှင်နေသူထက် ထကြွ လုံ့လ ဝီရိယခိုင်မြဲ ခွဲကောင်းကောင်းဖြင့် တစ်ရက်မျှ အသက်ရှင်နေရသူက ပို၍ မြတ်၏။ **(ဓမ္မပဒ၊ သဟဿဝဂ်)**

## အကုသိုလ်အကျိုးပေး ရှောင်ပြေးလို့ မရ

သမုဒ္ဒရာ၏ အလယ်ကိုပဲ သွားသွား၊ တောင်ကြားကိုပဲ ဝင်ဝင်၊ ကောင်းကင်မှာပဲ ပျံပျံ၊ မကောင်းမှု ကံ၏ ဆိုးကျိုးမှ လွတ်နိုင်သည့်နေရာတော့ လောကမှာ မရှိပေ။ **(ဓမ္မပဒ၊ ပါပဝဂ်)**

## ဒီဃဇာဏုသုတ်

**ကြီးပွါးချမ်းသာကြောင်း တရား ၄ ပါး** မြတ်စွာဘုရားသည် **ကောလိယ** တိုင်း **ကက္ကရပတ္တ** ရွာကြီး၌ သီတင်းသုံးတော်မူစဉ် **ကောလိယ** တိုင်းသား **ဗျဂ္ဃပဇ္ဇ** အနွယ်ဖြစ်သော **ဒီဃဇာဏု** ဥပါသကာကြီးက မြတ်စွာဘုရားအား ဤသို့ လျှောက်ထား၏။

"ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ လူဒကာများမှာ လောကီရေးရာ ကာမဂုဏ်မှုတွေမှ မလွတ်နိုင်ကြသေးပါ။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ခု ဘဝအကျိုး၊ နောင် တမလွန်ကျိုး နှစ်မျိုးလုံး ပါဝင်သော ဆုံးမသြဝါဒ စကားကို မိန့်ကြားတော်မူပါဘုရား"

"ဗျဂ္ဃပဇ္ဇ၊ လောကမှာ ထကြွလုံ့လ ဝီရိယနှင့် ပြည့်စုံခြင်း= **ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ**၊ စောင့်ရှောက် ထိန်းသိမ်းမှုနှင့် ပြည့်စုံခြင်း= **အာရက္ခသမ္ပဒါ**၊ မိတ်ဆွေကောင်းနှင့် ပြည့်စုံခြင်း=**ကလျာဏမိတ္တသမ္ပဒါ**၊ ဝင်ငွေ ထွက်ငွေ မျှတအောင် အသက်မွေးခြင်း=**သမဇီဝိတာ** ဆိုတဲ့ ပြည့်စုံမှု လေးမျိုးရှိသူဟာ ယခု မျက်မှောက်ဘဝမှာ ကြီးပွါးချမ်းသာတယ်"

၁။ **ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ**= မိမိ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှု ပြုသောလုပ်ငန်း၌ ကျွမ်းကျင်၍ ပညာဉာဏ်ဖြင့် စူးစမ်းမြော်မြင် ဆင်ခြင်လျက် တက်တက်ကြွကြွ လုံ့လဝီရိယဖြင့် ဆောင်ရွက်ရမည်။

၂။ **အာရက္ခသမ္ပဒါ**=မိမိ၏ ဉာဏ်အား၊ ဝီရိယအား၊ လက်ရုံးအားဖြင့် နဖူးကချွေး ခြေမ ကျအောင် အားထုတ်လုပ်ကိုင်မှ

စင်ကြယ်စွာရသည့် စည်းစိမ်ဥစ္စာကို ရန်သူမျိုးငါးပါး မဖျက်ဆီးရအောင် လုံခြုံစွာ စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းနိုင်ရမည်။

၃။ **ကလျာဏမိတ္တတာ**=ဖော်ပြပါ အချက်နှစ်ချက် ပြည့်စုံရန် မိတ်ဆွေကောင်း လိုအပ်သည်။ ကြီးသည်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သည်ဖြစ်စေ ရတနာ သုံးပါးကို ယုံကြည်မှု၊ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမှု၊ ပေးကမ်းလှူဒါန်းလေ့ ရှိမှု၊ အသိအလိမ္မာ ပညာရှိမှု တည်းဟူသော အရည်အချင်းများရှိလျှင် ဆက်ဆံပေါင်းသင်းထိုက်သော၊ အတုယူထိုက်သော မိတ်ဆွေကောင်းဖြစ်၏။

၄။ **သမဇီဝိတာ**=ဝင်ငွေနှင့် ထွက်ငွေကို မျှတအောင် စီမံသုံးစွဲရမည်။

**ပျက်စီးကြောင်း တရား ၄ ပါး** မြတ်စွာဘုရားသည် ယခု မျက်မှောက်ဘဝ၌ ကြီးပွါးချမ်းသာကြောင်း ဖြစ်သော **သမ္ပဒါ လေးပါး**ကို ရှင်းပြပြီးနောက် ပျက်စီးကြောင်း တရား ၄ ပါးကို ဆက်လက် မိန့်ကြားတော်မူ၏။

"ဗျဂ္ဃပဇ္ဇ၊ ယခု ပြောခဲ့တဲ့ သမ္ပဒါလေးပါးနဲ့ ပြည့်စုံလို့ ရထားတဲ့ စည်းစိမ်းဥစ္စာဟာ (၁) အမျိုးသမီးများနဲ့ အပျော်အပါး လိုက်စားရင် ဖြစ်စေ၊ (၂) အရက်သေစာ အသောက်အစား ကြူးရင် ဖြစ်စေ၊ (၃) အလောင်းအစား ကစားကြူးရင် ဖြစ်စေ၊ (၄) မိတ်ဆွေယုတ်နှင့် ပေါင်းမိရင် ဖြစ်စေ ပျက်စီး ဆုံးရှုံးတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဒီပျက်စီးကြောင်း လေးပါးကို ရှောင်ရတယ်"

**တမလွန်ချမ်းသာကြောင်း တရား ၄ ပါး** ထို့နောက် မြတ်စွာဘုရားသည် တမလွန် ကြီးပွါး ချမ်းသာရေး အတွက် (၁)ယုံကြည်မှု =**သဒ္ဓါ**၊ (၂) ကိုယ်ကျင့် တရားကောင်းမှု=**သီလ**၊ (၃) စွန့်ကြဲပေးကမ်း လှူဒါန်းမှု=**စာဂ**၊ (၄) **အလိမ္မာ ပညာ** မှစ၍ **ဥဒယဗ္ဗယပညာ** အထိ ပြည့်စုံရမည် ဖြစ်ကြောင်း ဆက်လက် မိန့်ကြားတော်မူ၏။

## စီးပွါးပျက်ကြောင်း တရားများ

၁။ သေရည် သောက်စား၊ ပြုသူများ၊ စီးပွါး ပျက်မည်မှတ်။
၂။ ညဥ့်ခါပျော်ပါး၊ လှည့်လည်သွား၊ စီးပွါး ပျက်မည်မှတ်။
၃။ ပွဲလမ်းကြိုက်ကြား၊ အသွားများ၊ စီးပွါး ပျက်မည်မှတ်။
၄။ ကစား လောင်းစား၊ ပြုသူများ၊ စီးပွါး ပျက်မည်မှတ်။
၅။ လူမိုက်နှင့်ကား၊ ပေါင်းသင်းငြား၊ စီးပွါး ပျက်မည်မှတ်။
၆။ ပျင်းရိလေငြား၊ ထိုသူအား၊ စီးပွါး ပျက်မည်မှတ်။

(ဒီ ၃၊ ၁၄၈)

## ရွှေကျင် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဩဝါဒများ

၁။ စိတ်သည် တောမျောက်ကဲ့သို့ လော်လည်၏။ အလို မလိုက်ရာ။

၂။ အချိန်ကို လူက မစားလျှင် အချိန်က လူကို စားသည်။

၃။ တုတ် လက်နက် ဆောင်လျှင် ခွေးဟောင်သည်။ သီးခံခြင်း လက်နက်ဆောင်လျှင် ဒေါသမီး မလောင်။

၄။ ငါသာ ငါ့ပြင် ငါမမြင်ဟု ဒုရင်တစ်ဆူ ပြုမိမူ ထိုသူ သူ့အောက် နေ့ချင်း ရောက်လိမ့်။

၅။ မြွေဆိုး ပါးပျဉ်းထောင်လျှင် လူရိုက်ခံရတတ်သည်။

၆။ သလေးနှံ အဆံမပြည့်ခင် ထောင်သည်၊ အဆံပြည့်လျှင် ငိုက်သည်။

၇။ မျက်ကွယ် တစ်စောင်း မဆိုနှင့်၊ မျက်မှောက် မရှုတ်ချနှင့်၊ အပြစ်တင်မစောနှင့်။

၈။ ရေကန်၌ မှော်ကိုဖယ်၍ သောက်ရေခတ်ရသည်။ မသူတော်၌ အပြစ်ကို ဖယ်၍ ဂုဏ်ကိုရှာရသည်။

၉။ သူတစ်ပါး၏ အပြစ်ကို မိမိ၏ နှလုံးအိမ်တွင် ကြာကြာ မစိမ်နှင့်။

## အခန်း (၁၀)

## ကံ=အလုပ်

ပါဠိဘာသာ **"ကမ္မ"** ကို မြန်မာဘာသာဖြင့် **"ကံ"** ဟု ခေါ်သည်။ **"အလုပ်"** ဟု အဓိပ္ပာယ်ရသည်။

**ကမ္မ=ကံ=အလုပ်**၊ ဤ စကား သုံးလုံး အဓိပ္ပာယ် အတူတူ ဖြစ်သည်။

အလုပ် ဆိုသည်မှာ–

၁။ ကိုယ်ဖြင့် ပြုလုပ်သည့် အလုပ်=**ကာယကံ**၊

၂။ နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုသည့် အလုပ်=**ဝစီကံ**၊

၃။ စိတ်ဖြင့် ကြံတွေးသည့် အလုပ်=**မနောကံ** ဟု

အလုပ် ၃ မျိုး ရှိ၏။ ကံ ၃ ပါး ဟုလည်း ခေါ်၏။

**ကာယကံ** ကိုယ်ဖြင့် ပြုလုပ်သော အလုပ်(**ကာယကံ**) ဆိုသည်မှာ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို တုတ်ဖြင့် ရိုက်ခြင်း၊ လက်သီးဖြင့် ထိုးခြင်း၊ လဲနေသူတစ်ဦးကို ထူပေးခြင်း၊ တစ်စုံတစ်ခု မ,ချီနေသည်ကို ကူညီ မ,ချီ ပေးခြင်းမျိုးကို ခေါ်သည်။

**ဝစီကံ** နှုတ်ဖြင့် ပြောဆိုသည့် အလုပ်(**ဝစီကံ**) ဆိုသည်မှာ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ဆဲဆိုခြင်း၊ "ရိုက်လိုက်" ဟု ခိုင်းခြင်း၊ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ချိုးမွမ်း ပြောဆိုခြင်း၊ "ကူညီလိုက်ပါ" ဟု ခိုင်းခြင်းမျိုးကို ခေါ်သည်။

**မနောကံ** စိတ်ဖြင့် ကြံတွေးသည့် အလုပ်(**မနောကံ**) ဆိုသည်မှာ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ရိုက်ရန် ကြံစည်ခြင်း၊ သူ့ပစ္စည်းကို ခိုးရန် ကြံစည်ခြင်း၊ တစ်စုံတစ်ယောက်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို ကူညီရန်၊ ပေးကမ်းလှူဒါန်းရန် ကြံစည်နေခြင်းမျိုးကို ခေါ်သည်။

**ရည်ရွယ်ချက်နှင့် တက်ကြွစိတ်** ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ် တို့ဖြင့် ပြုလုပ်သော်လည်း ပြုလုပ်တိုင်း ကံ မဖြစ်ပေ၊ ကံ အရာ မမြောက်ပေ။ အကောင်းအဆိုး ရည်ရွယ်ချက် တစ်ခုခုဖြင့် တက်ကြွထက်သန်သော စိတ် ဦးဆောင်လျက် ပြုလုပ်မှသာ "ကံ အရာမြောက်၍" ကံ ဟု ခေါ်သည်။

**ကံ မမြောက်သော အလုပ်များ** တစ်ချို့ အလုပ်များကို အကောင်းအဆိုး ရည်ရွယ်ချက် အထူးလည်း မပါ၊ တက်ကြွ ထက်သန်သော စိတ်လည်း မရှိဘဲ မထင်ရှား သော စိတ်စေတနာဖြင့် လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် အတိုင်း လုပ်ကြ၏။ အလုပ်ဖြစ်မြောက်စေသော စေတနာ အလွန် အားသေး လှသဖြင့် သူ့အလိုအလျောက် လုပ်မိသွားသည်ဟုပင် မှတ်ထင်ကြရ၏။ ယင်း အလုပ်များမှာ သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ ထခြင်း၊ လျှောင်းခြင်း စသော အလုပ်မျိုး၊ နှုတ်ဆက်စကားပြောခြင်း စသော အလုပ်မျိုး ဖြစ်၏။ ဤကဲ့သို့သော အလုပ်မျိုးသည် ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုး တစ်စုံတစ်ရာကို ဖြစ်ပေါ်စေသော ကံများ မဟုတ်ကြပေ။ ကံ အရာမြောက်သော အလုပ်များ မဟုတ်ကြပေ။

အချုပ်ဆိုရလျှင် ရည်ရွယ်ချက်နှင့်တကွ တက်ကြွထက်သန် သော စိတ် ဦးဆောင်လျက် စေ့ဆော်၍ ပြုလုပ်သော အလုပ်သည် ကံ မြောက်၍ မသိသာ မထင်ရှားသော သာမန်စိတ်ဖြင့် ပြုလုပ်သော အလုပ်သည် ကံ မမြောက်ပေ။

**စေတနာသည် ကံ** ယင်း တက်ကြွထက်သန်သောစိတ်ကို စေတနာ ဟု ခေါ်သည်။ စေ့ဆော်သော စိတ်သဘောဟု ဆိုလိုသည်။ ဤ တက်ကြွသည့် စိတ်သဘော ကြောင့်ပင် ကိုယ်ဖြင့် ပြုလုပ်မိ၏။ နှုတ်ဖြင့် ပြောဆိုမိ၏။ စိတ်ဖြင့် ကြံစည်တွေးတော ဆင်ခြင်မိ၏။

ယင်း တက်ကြွထက်သန်သော စိတ်သဘော စေတနာသည် ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ် အလုပ်များ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း၏ အကြောင်းရင်း အခြေခံ ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ထိုစေတနာ( တက်ကြွသော စိတ်သဘော) ကို "ကံ" ဟု မြတ်စွာဘုရားက နာမည် တပ်တော်မူ၏။

**အကြောင်းနှင့် အကျိုး**

လောက၌ ဖြစ်ပေါ်သမျှသော အရာများသည် အကြောင်းမရှိဘဲ ဖြစ်လာကြသည် မဟုတ်။ သက်ဆိုင်ရာ အကြောင်းများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည်ချည်း ဖြစ်ကြ၏။

အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ထိုအကျိုးများသည်လည်း တဖန် အကြောင်းအဖြစ်သို့ ရောက်ပြန်ကာ တစ်ခြား အကျိုးတစ်ခုကို ဖြစ်ပေါ်စေပြန်သည်။

ဤနည်းဖြင့် လောကကြီးသည် ကြောင်းကျိုးဆက် သဘာဝ ကြီးမျှသာ ဖြစ်နေတော့၏။

သူတော်ကောင်းသည် တရားနာလိုစိတ်ကြောင့် တရားနာ၏။ တရားနာခြင်းကြောင့် တရားအားထုတ်လိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်၏။ တရား အားထုတ်လိုစိတ်ကြောင့် တရားအားထုတ်၏။ တရား အားထုတ်ခြင်း ကြောင့် တရားကိုသိသော ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်၏။

ဤအရာ၌ ဆင်ခြင်စဉ်းစားကြည့်လျှင် အောက်ပါအတိုင်း ကြောင်းကျိုး ကွင်းဆက် သဘာဝကို တွေ့ရ၏။

| **အကြောင်း** | **အကျိုး** |
| --- | --- |
| ၁။ တရားနာလိုစိတ်ကြောင့် | တရား နာခြင်းဖြစ်၏။ |
| ၂။ တရားနာခြင်းကြောင့် | တရား အားထုတ်ချင် စိတ် ဖြစ်၏။ |
| ၃။ တရား အားထုတ်ချင် စိတ်ကြောင့် | တရားအားထုတ်ခြင်း ဖြစ်၏။ |
| ၄။ တရား အားထုတ်ခြင်း ကြောင့် | တရားကို သိသော ဉာဏ် ဖြစ်၏။ |

(က) တရားနာလိုစိတ်၌ ကောင်းသော ရည်ရွယ်ချက်နှင့် တကွ တက်ကြွသော စိတ်သဘော (စေတနာ) ပါဝင်၏။ ထို့ကြောင့် ကံ ဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့် တရားနာလိုစိတ်သည် **ကံ=အလုပ်=အကြောင်း။**

(ခ) ဤ အကြောင်းကြောင့် တရားနာခြင်း **အကျိုး** ဖြစ်ပေါ်၏။ ထို့ကြောင့် ယင်း တရားနာခြင်းသည် တရား နာလိုစိတ် ဟူသော **အကြောင်း၏ အကျိုး**(ကံ၏ အကျိုး၊ အလုပ်၏ အကျိုး) ဖြစ်၏။

တဖန် –

(က) တရားနာခြင်းသည်လည်း(ရည်ရွယ်ချက်နှင့် စေတနာပါသော ကြောင့်) **ကံ=အလုပ်=အကြောင်း** ဖြစ်ပြန်၏။

(ခ) ယင်း တရားနာခြင်း ဟူသော **အလုပ်=အကြောင်း** ကြောင့် တရားအားထုတ်လိုစိတ် ဟူသော **အကျိုး** ဖြစ်ပေါ်ပြန်သည်။ (ကံ၏ အကျိုး၊ အကြောင်း၏ အကျိုး။)

ဤ နည်းအတိုင်း တရားအားထုတ်လိုစိတ် (**ကံ**) နှင့် တရားအားထုတ်ခြင်း (**အကျိုး**)၊ တရားအားထုတ်ခြင်း(**ကံ=အလုပ်**)နှင့် တရားသိခြင်း (**အကျိုး**) ဖြစ်ပေါ်လာပုံတို့ကို ဆက်စပ် စဉ်းစား ကြည့်လျှင် **ကံ=အလုပ်** ဆိုသည်မှာ **အကြောင်း** ဖြစ်၍ ယင်းအကြောင်း ကြောင့် သင့်လျော်သော **အကျိုး** ဖြစ်ပေါ်ရသည်ကို သဘောပေါက် နိုင်၏။

ဤသဘောကို နားလည်လျှင် ကံဆိုသည်မှာ အလုပ်= အကြောင်း ဟု လည်းကောင်း၊ ကံ၏အကျိုး ဆိုသည်မှာ အလုပ်ကြောင့် ရရှိသော အကျိုး၊ အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အကျိုးဟု လည်းကောင်း နားလည်ပါလိမ့်မည်။

ယင်းသို့ နားလည်လျှင် ကံ နှင့် ကံ၏ အကျိုး ဆိုသည်မှာ ထူးဆန်းသော သဘောတရား မဟုတ်ဘဲ ကမ္ဘာ့ **ကြောင်းကျိုးနိယာမ သဘာဝ** တစ်ခုမျှသာ ဖြစ်ကြောင်း သဘောပေါက်လာ ပါလိမ့်မည်။

ပို၍ ရှင်းအောင် ကျဉ်းကျဉ်းရေးရလျှင်–

ကံ ဆိုသည်မှာ အလုပ်၊ အလုပ် ဆိုသည်မှာ အကြောင်းတရား၊ အကြောင်းဆိုလျှင် လျော်ရာအကျိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေရ၏။

၁။ ကောင်းသော ရည်ရွယ်ချက် တက်ကြွသော စိတ်ဖြင့် ပြုလုပ်လျှင် ကောင်းသော အလုပ်၊ ကောင်းသောကံ (**ကုသိုလ်ကံ**)၊ ကောင်းသောအကြောင်း။

၂။ မကောင်းသော ရည်ရွယ်ချက် တက်ကြွသော စိတ်ဖြင့် ပြုလုပ်လျှင် မကောင်းသော အလုပ်၊ မကောင်းသော ကံ (**အကုသိုလ်ကံ**)၊ မကောင်းသောအကြောင်း။

## ကံ၏ အကျိုးပေးချိန်

ကံသည် –

(၁) ယခုဘဝ မတိုင်မီက အကြောင်း(ကံ)ကို ပြုလုပ်ခဲ့ သော်လည်း ထိုစဉ်က အကျိုး ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်လောက်အောင် အကြောင်း မညီညွတ်ခဲ့၍ ယခုဘဝမှာဖြစ်စေ၊ နောက်ဘဝ တစ်ခုခုမှာ ဖြစ်စေ အကျိုးဖြစ်ပေါ်သော ကံ၊

(၂) ယခုဘဝမှာ ပြုလုပ်သော အလုပ်(ကံ)ကြောင့် ယခုဘဝမှာပင် အကျိုးဖြစ်ပေါ်သော ကံ၊

(၃) ယခုဘဝမှာ ပြုလုပ်သော်လည်း ယခုဘဝ၌ အကျိုးပေးရန် အကြောင်း မညီညွတ်၍ သေပြီးနောက် တစ်ချိန်ချိန်မှာ အကျိုးဖြစ်ပေါ်သော ကံ ဟု ၃ မျိုးရှိ၏။

**ပစ္စုပ္ပန်ကံ** ဤ ကံ ၃ မျိုးအနက် အမှတ်(၂) ကံမှာ လက်ငင်း အကျိုးရသော ပစ္စုပ္ပန်ကံ ဖြစ်၏။ ဤ စာအုပ် ငါးပါးသီလ အခန်း၌ ပြခဲ့သော ရဟန်းတော်ကို ခွေးများဖြင့် တိုက်သည့် **ကောကမုဆိုး**၏ ကံမျိုးတည်း။

**အတိတ်ကံ** အမှတ်(၁) ကံနှင့် အမှတ်(၃) ကံတို့မှာမူ ဘဝတစ်ခုတွင် အလုပ်(ကံ) ကို လုပ်ခဲ့၍ နောက်ဘဝတစ်ခုမှာသာ အကျိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေသော ကံများချည်း ဖြစ်ကြ၏။ သဘောအားဖြင့် အတူတူသာ ဖြစ်၏။

အကျိုးဖြစ်ပေါ်ရာ ဘဝမှ ရှေ့ဖြစ်သော ဘဝ၌ အကြောင်း(ကံ)ကို ပြုလုပ်ခဲ့ခြင်းကြောင့် **အတိတ်ကံများ**ဟု ခေါ်ရ၏။ ရှေ့ဒုစရိုက်ခန်း၌ ဖော်ပြခဲ့သော ကြမ်းတမ်းစွာ ဆဲဆိုမှုကြောင့် နောက်ဘဝများ၌ ပြည့်တန်ဆာချည်း ဆက်ကာဆက်ကာ ဖြစ်ရသော **အမ္ဗပါလီ**၏ ကံနှင့် သူတော်စင် ရဟန်းနှစ်ပါးကို ကုန်းတိုက်ခဲ့သော ကြောင့် ဝက်လူပြိတ္တာ ဖြစ်ရသော ဓမ္မကထိက၏ ကံ မျိုးတည်း။

**သတိပြုစရာ** တစ်ချို့က ကံဟု ဆိုလိုက်လျှင် အတိတ်ဘဝက ပြုခဲ့သည့် ကုသိုလ် အကုသိုလ် ဟုသာ ထင်မှတ်ကြ၏။ ယခု လက်ငင်း ဘဝ၌ အကောင်းအဆိုး ရည်ရွယ်ချက် တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် တက်တက်ကြွကြွ ပြုလုပ်နေကြသည့် အလုပ် အားလုံး ကံတွေချည်း ဖြစ်ကြကြောင်း သတိမထားမိကြပေ။

ထိုသူတို့အတွက် ကံဆိုသည်မှာ အတိတ်ဘဝက ပြုခဲ့သည့် အလုပ်ဖြစ်၍ လွန်ခဲ့ပြီဖြစ်ခြင်းကြောင့် ပြုပြင်၍ မရသော အလုပ်ကြီးသဖွယ် ဖြစ်နေ၏။ ထို့ကြောင့် အတိတ်ဘဝက ပြုလုပ်ခဲ့သည့် ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံ စီမံသည့်အတိုင်း လည်စင်း၍ ခံရမလိုလို အသိမှားနေတတ်ကြ၏။ ထိုသို့ ယူဆလျှင် **ပုဗ္ဗေကတ ဟေတုဒိဋ္ဌိ**= (ရှေ့ဘဝက ပြုခဲ့သော အကြောင်းတရားကသာ ယခုဘဝ ချမ်းသာ ဆင်းရဲကို အပြီးအစီး ပုံစံချလျက် ဆုံးဖြတ်ပေးထားသည် ဟူသော အယူမှား) ဖြစ်၏။ အနောက်တိုင်း ဒဿနပညာအရ Fatalism ဟု ခေါ်သော အယူဝါဒမျိုးပင် ဖြစ်၏။

စင်စစ်မူ အင်အား မကြီးလှသော အတိတ် ကံများကို အင်အားကြီးမား၍ ထက်မြက်လှသော ပစ္စုပ္ပန်ကံ၊ ပစ္စုပ္ပန် ဉာဏ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ဝီရိယ တို့က ပြုပြင်ပေးနိုင်ကြောင်း သာဓက များစွာ ရှိရုံမျှမက သဘာဝလည်း ကျလှပါသည်။

**ပစ္စုပ္ပန် ကံ ဉာဏ် ဝီရိယကိုသာ အားကိုး**

သတ္တဝါတိုင်း အတိတ်ဘဝ ခရီးရှည်ကြီး လျှောက်ခဲ့ရသည်ဖြစ်ရာ သတ္တဝါတိုင်း အတိတ်ကံတွေ ကိုယ်စီရှိကြ၏။ သို့သော် ကုသိုလ်ကံတွေလား၊ အကုသိုလ်ကံတွေလား မသိနိုင်ကြ။ အားကြီးသည့် ကံတွေလား၊ အားသေးသည့် ကံတွေလား မသိနိုင်ကြ။

သတ္တဝါတို့၏ အတိတ်ကံ၊ အတိတ်အလုပ်တွေကို သိနိုင်သူမှာ မြတ်စွာဘုရား တစ်ပါးတည်းသာ ဖြစ်သည်။ သို့သော် မိမိတို့၏ အတိတ်မှ လုပ်ဆောင်ချက်များကို မိမိတို့ သိသည်ဖြစ်စေ၊ မသိသည် ဖြစ်စေ ထိုလုပ်ဆောင်ချက်(ကံ) တို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အကျိုး သက်ရောက်မှုကို ခံယူကြရ၏။

အလုပ်ကောင်း(ကုသိုလ်ကံ)ကို ပြုလုပ်ခဲ့မိလျှင် ကောင်းကျိုး တွေကို ခံစားကြရ၏။ အလုပ်ဆိုး(အကုသိုလ်ကံ)ကို ပြုလုပ်ခဲ့မိလျှင် ဆိုးကျိုးတွေကို ခံစားကြရ၏။ အကြောင်း(ကံ)ကောင်းလျှင် အကျိုးကောင်း၍ အကြောင်း(ကံ) ဆိုးလျှင် အကျိုးလည်း ဆိုး၏။ အကြောင်းကြီးမား အားကောင်းလျှင် အကျိုးကြီးမား၍ အကြောင်း အားသေးလျှင် အကျိုးလည်း အားသေး၏။

**မှန်ကန်သော သဘောထား** သို့သော် အတိတ်က လုပ်ခဲ့သော အလုပ်(ကံ)များ ဆိုးသည် ကောင်းသည်ကိုလည်း မသိနိုင်ကြ။ ကြီးသည် သေးသည်ကိုလည်း မသိနိုင်ကြ။ သို့ဖြစ်၍ မသိနိုင်သော အတိတ်ကံကို အားကိုးအားထားလည်း မပြု၊ ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်မှုလည်း မရှိဘဲ **မိမိပိုင်သော ယခု လောလောဆယ် ပစ္စုပ္ပန် အချိန်ကလေးမှာသာ အပြစ်အကင်းဆုံး အကောင်းဆုံး ပစ္စုပ္ပန်ကံတွေ ဖြစ်အောင် ဉာဏ် ဝီရိယနှင့် ယှဉ်ကာ ကြိုးစားအားထုတ် ပြုလုပ်ခြင်းသည်သာ မှန်ကန်သော သဘောထား၊ မှန်ကန်သော လမ်းစဉ် ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။**

## အခန်း (၁၁)

# သိမှတ်ဖွယ် တရားအစုများ

## ပုညကိရိယ ဝတ္ထု ၁၀ ပါး

| | | |
|---|---|---|
| **ပုညကိရိယ** | = | ပြုထိုက်သည့် ကောင်းမှု၊ |
| **ဝတ္ထု** | = | ကောင်းကျိုးတို့၏ တည်ရာ၊ |
| **ပုညကိရိယ ဝတ္ထု** | = | ကောင်းကျိုးတို့၏ တည်ရာဖြစ်၍ ပြုထိုက်သည့် ကောင်းမှုများ။ |

၁။ ဒါန = စွန့်ကြဲပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်း၊

၂။ သီလ = ကိုယ်နှင့်နှုတ် အပြစ်ကင်းအောင် စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းခြင်း၊
ငါးပါး ရှစ်ပါး စသည် သီလ စောင့်ထိန်းခြင်း၊

၃။ ဘာဝနာ = တရား အားထုတ်ခြင်း၊

၄။ အပစာယန = ရိုသေထိုက်သူကို ရိုသေခြင်း၊
၅။ ဝေယျာဝစ္စ = ကုသိုလ် လုပ်ငန်းတို့ကို ဝိုင်းဝန်း ဆောင်ရွက်ခြင်း၊
၆။ ပတ္တိဒါန = မိမိပြုသည့် ကုသိုလ်အဖို့ကို အမျှဝေခြင်း၊
၇။ ပတ္တာနုမောဒန = သူတစ်ပါးပြုသည့် ကုသိုလ်ကို ဝမ်းမြောက်ခြင်း၊
၈။ ဓမ္မဿဝဏ = သူတော်ကောင်းတရား နာကြားခြင်း၊
၉။ ဓမ္မဒေသနာ = သူတော်ကောင်းတရား ဟောကြားခြင်း၊
၁၀။ ဒိဋ္ဌိဇုကမ္မ = အယူဝါဒ ဖြောင့်မတ်အောင်ပြုခြင်း။

ပြုသင့်ပြုထိုက်သော ဤ ဖော်ပြပါ ကောင်းမှုတို့ကို အခွင့်သင့်တိုင်း ပြုလျှင် ကောင်းကျိုးချမ်းသာ တိုးပွါး၏။

## လူတော်လူကောင်း အရည်အသွေးများ

၁။ သဒ္ဓါ = ရတနာသုံးပါးနှင့် ကံတရားကို ယုံကြည်ခြင်း၊
၂။ သတိ = ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို သတိရခြင်း၊
၃။ ဟိရီ = မကောင်းမှု ပြုရမည်ကို ရှက်ခြင်း၊
၄။ ဩတ္တပ္ပ = မကောင်းမှု ပြုရမည်ကို ကြောက်လန့်ခြင်း၊
၅။ သုတ = အပြစ်ကင်းသော အကြားအမြင် ဗဟုသုတ၊
၆။ ဝီရိယ = ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို အားထုတ်ပြုလုပ်ခြင်း၊
၇။ ပညာ = အသိ, အလိမ္မာ, အတတ်ပညာ၊

ဤ ဖော်ပြပါ အရည်အသွေးများကို **သူတော်ကောင်း ဥစ္စာ ၇ ဖြာ** ဟူ၍ လည်းကောင်း **သူတော်ကောင်းတရား ၇ ပါး** ဟူ၍ လည်းကောင်း ခေါ်ဝေါ်ကြသည်။

## အရိယာဥစ္စာ ၇ ဖြာ

**သဒ္ဓမ္မ** ခေါ်သည့် အထက်ပါ သူတော်ကောင်း တရား ၇ ပါးကို **အရိယဓနေ=အရိယာဥစ္စာ ၇ ဖြာ** နှင့် ရောထွေးနေတတ်ကြသည်။ **အရိယာဥစ္စာ ၇ ဖြာ** မှာ သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ(ဒါန)၊ ဟိရီ၊ ဩတ္တပ္ပ၊ ပညာတို့ ဖြစ်ကြသည်။

## သူမိုက် သူယုတ် လက္ခဏာ သုံးပါး

၁။ မကောင်းမှုကိုသာ ကြံစည်ခြင်း၊

၂။ မကောင်းသော အပြစ်မကင်းသော စကားကိုသာ ပြောဆိုခြင်း၊

၃။ မကောင်းမှုကိုသာ ပြုလုပ်ခြင်း။

## သူတော် သူမြတ် လက္ခဏာ သုံးပါး

၁။ ကောင်းမှုကိုသာ ကြံစည်ခြင်း၊

၂။ ကောင်းသော အပြစ်ကင်းသော စကားကိုသာ ပြောဆိုခြင်း၊

၃။ ကောင်းမှုကိုသာ ပြုလုပ်ခြင်း။

## သူယုတ်ဟု သိကြောင်း လက္ခဏာ

၁။ သူတစ်ပါး၏ အပြစ်ကို တစ်စုံတစ်ယောက်က မမေးဘဲလျက် ပြောတတ်ခြင်း၊ မေးလျှင်ကား သာသာထိုးထိုး ချဲ့ကား၍ ပြောတတ်ခြင်း။

၂။ မိမိ၏ အပြစ်ကိုမူ တစ်စုံတစ်ယောက်က မမေးလျှင် မပြောဘဲ ဖုံးထားတတ်ခြင်း၊ မေးလျှင်လည်း အနည်းငယ်မျှသာ ပြောခြင်း။
၃။ သူတစ်ပါး၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို မည်သူကမျှ မမေးလျှင် မပြောဘဲ ထားခြင်း၊ မေးလျှင်လည်း အနည်းငယ်မျှသာ ပြောခြင်း။
၄။ မိမိ၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကိုမူ မမေးဘဲလျက် ထုတ်ဖော် ပြောပြတတ်ခြင်း၊ မေးလျှင်ကား ပိုပိုမိုမို သာသာထိုးထိုး ပြောခြင်း။

ဤ အကြောင်းအချက် လက္ခဏာ ၄ ပါးနှင့် ပြည့်စုံသူကို **သူယုတ်** ဟု သိနိုင်၏။ **(အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ အဋ္ဌက၊ သပ္ပုရိသသုတ်)**

## သူတော်ကောင်းဟု သိကြောင်း လက္ခဏာ

၁။ သူတစ်ပါး၏ အပြစ်ကို မည်သူကမျှ မမေးလျှင် မပြောဘဲနေခြင်း၊ မေးသော်လည်း အနည်းငယ်မျှသာ ပြောခြင်း။
၂။ မိမိ၏ အပြစ်ကိုမူ မည်သူကမျှ မမေးသော်လည်း ပြောသင့်က ပြောပြတတ်ခြင်း၊ မေးလျှင်ကား ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ပြောပြခြင်း။
၃။ သူတစ်ပါး၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို မည်သူကမျှ မမေးသော်လည်း ပြောပြတတ်ခြင်း၊ မေးလျှင်ကား ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ပြောပြခြင်း။
၄။ မိမိ၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို မည်သူကမျှ မမေးလျှင် မပြောဘဲ လျှို့ဝှက် သိုသိပ်ခြင်း၊ မေးလျှင်လည်း အနည်းငယ်မျှသာ ပြောခြင်း။

ဤ အကြောင်းအချက် လက္ခဏာ ၄ ပါး နှင့် ပြည့်စုံသူကို သူတော်သူမြတ် ဟု သိနိုင်၏။ **(အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ အဋ္ဌက၊ သပ္ပုရိသသုတ်)**

## လောကပါလတရား နှစ်ပါး

**ဟိရီ** = အပြစ်မကင်းသော အမှု၊ မကောင်းမှု ပြုလုပ်ရမည်ကို ရှက်ခြင်း၊

**ဩတ္တပ္ပ** = အပြစ်မကင်းသော အမှု၊ မကောင်းမှု ပြုလုပ်ရမည်ကို ကြောက်ခြင်း၊

✿ **လောကပါလ=** လောကကို စောင့်ရှောက်သော တရား။

## လောကဓံတရား ရှစ်ပါး

၁။ လာဘ = ပစ္စည်းဥစ္စာ ရခြင်း
၂။ အလာဘ = ပစ္စည်းဥစ္စာ မရခြင်း
၃။ ယသ = အခြွေအရံ ပေါများခြင်း
၄။ အယသ = အခြွေအရံ မရှိခြင်း
၅။ နိန္ဒာ = အကဲ့ရဲ့ ခံရခြင်း
၆။ ပသံသာ = အချီးမွမ်း ခံရခြင်း
၇။ သုခံ = ချမ်းသာခြင်း
၈။ ဒုက္ခံ = ဆင်းရဲခြင်း

## ချမ်းသာ လေးမျိုး

၁။ အတ္ထိသုခ = "ငါ့မှာ ပစ္စည်း ဥစ္စာရှိသည်" ဟု စဉ်းစားဆင်ခြင်၍ ချမ်းသာခြင်း၊

၂။ ဘောဂသုခ = ရှိသည့် ပစ္စည်းဥစ္စာကို သုံးဆောင် ခံစားရ၍

၃။ အာနဏျသုခ = ကြွေးမြီကင်းသည်ကို စဉ်းစား ဆင်ခြင်မိ၍ ချမ်းသာခြင်း၊

၄။ အနဝဇ္ဇသုခ = ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ် သုံးပါးလုံး အပြစ်ကင်းသည်ကို စဉ်းစားဆင်ခြင်မိ၍ ချမ်းသာခြင်း။

ဤ ချမ်းသာ ၄ မျိုးအနက် ရှေ့ ၃ မျိုးသည် နောက်ဆုံးဖြစ်သော (အနဝဇ္ဇသုခ) ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ် အပြစ်ကင်းခြင်းကြောင့် ရရှိသည့် ချမ်းသာ၏ တစ်ဆယ့်ခြောက်စိတ်စိတ် တစ်စိတ် ကိုမျှ မမီကြောင်း မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူ၏။

**(အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ စတုက္က၊ အာနဏျသုတ်)**

## သပ္ပုရိသဒါန ငါးမျိုး

၁။ ကံနှင့် ကံ၏ အကျိုးကို ယုံကြည်မှုဖြင့် ပေးလှူခြင်း၊

၂။ အလှူခံ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်း ရိုသေ၊ အလှူဝတ္ထု ပစ္စည်းကိုလည်း အမွန်အမြတ်ပြု၍ ပေးလှူခြင်း၊

၃။ ပေးလှူသင့်သော အချိန်အခါ၌ ပေးလှူခြင်း၊

၄။ လှူအပ်သော ပစ္စည်း၌ ငြိတွယ်ခြင်းမရှိဘဲ လွတ်လွတ်ကျွတ်ကျွတ် ပေးလှူခြင်း၊

၅။ ကိုယ့်ဂုဏ်ကိုလည်း မထိပါး သူတစ်ပါးဂုဏ်ကိုလည်း မထိပါးစေဘဲ ပေးလှူခြင်း။ **(အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ ပဉ္စက၊ ၁၅၂)**

✿ **သပ္ပုရိသဒါန=** သူတော်ကောင်းတို့၏ ပေးလှူခြင်း။

## တနည်း သပ္ပုရိသဒါန ငါးမျိုး

၁။ ရိုရိုသေသေ ပေးလှူခြင်း၊
၂။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်း ရွေးချယ်၍ လှူဖွယ်ဝတ္ထုကိုလည်း အမွန်အမြတ် ဖြစ်အောင် ပြုပြင် စီမံ၍ ပေးလှူခြင်း၊
၃။ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ပေးလှူခြင်း၊
၄။ အမြဲမပြတ် ပေးလှူခြင်း၊
၅။ ကံနှင့် ကံ၏ အကျိုးကို ယုံကြည်လျက် ပေးလှူခြင်း။

**(အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ ပဉ္စက၊ ၁၅၂)**

## အသပ္ပုရိသဒါန ငါးမျိုး

၁။ မရိုမသေ ပေးလှူခြင်း၊
၂။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်း မရွေးချယ် လှူဖွယ်ဝတ္ထုကိုလည်း အမွန်အမြတ် ဖြစ်အောင် မပြုပြင် မစီမံဘဲပေးလှူခြင်း၊
၃။ ကိုယ်တိုင်မလှူဘဲသူတစ်ပါးကို အလှူခိုင်းခြင်း၊
၄။ ရံဖန်ရံခါမှ ပေးလှူခြင်း၊
၅။ ကံနှင့် ကံ၏ အကျိုးကို ယုံကြည်မှု မရှိဘဲ ပေးလှူခြင်း။

**(အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ ပဉ္စက၊ ၁၅၁)**

❁ **အသပ္ပုရိသဒါန**= မသူတော်တို့၏ ပေးလှူခြင်း။

## တနည်း သပ္ပုရိသဒါန ရှစ်မျိုး

၁။ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သော ပစ္စည်းကို ပေးလှူခြင်း
၂။ မွန်မြတ်သော ပစ္စည်းကို ပေးလှူခြင်း
၃။ သင့်လျော်သော အချိန်၌ ပေးလှူခြင်း
၄။ အပ်စပ်သော ပစ္စည်းကို ပေးလှူခြင်း
၅။ အလှူခံ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရွေးချယ်၍ ပေးလှူခြင်း
၆။ အမြဲမပြတ် ပေးလှူခြင်း
၇။ ပေးလှူဆဲ၌ စိတ်ကြည်လင်ခြင်း
၈။ ပေးလှူပြီးနောက် ဝမ်းမြောက်ခြင်း **(အင်္ဂုတ္တိုရ်၊အဋ္ဌက၊ ၇၄)**

## ဝိဇ္ဇာသုံးပါး

၁။ ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိဉာဏ် = ရှေးရှေး ဘဝတို့၌ ဖြစ်ခဲ့သမျှကို ပြန်၍ သတိရနိုင် သိနိုင်သော ဉာဏ်

၂။ ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်= နတ် မျက်စိကဲ့သို့ အဝေး၌ ရှိသောအရာ၊ သေးငယ်သော အရာတို့ကို မြင်နိုင်သော ဉာဏ်

၃။ အာသဝက္ခယဉာဏ် = ကိလေသာ အာသဝေါတို့ကို ကုန်ခန်းစေသော ဉာဏ်

## ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး

၁။ ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိဉာဏ်
၂။ ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်
၃။ အာသဝက္ခယဉာဏ်
၄။ ဝိပဿနာဉာဏ် = ရုပ်နာမ်တို့၏ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတို့ကို သိသောဉာဏ်
၅။ စေတောပရိယဉာဏ် = သူတစ်ပါးစိတ်ကို သိသောဉာဏ်
၆။ မနောမယိဒ္ဓိဉာဏ် = မိမိ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ တစ်ခြား ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုကို စိတ်ဖြင့် ဖန်ဆင်းနိုင်သောဉာဏ်
၇။ ဒိဗ္ဗသောတဉာဏ် = အဝေးမှ အသံ၊ သေးငယ်သော အသံတို့ကို ကြားနိုင်သော ဉာဏ်
၈။ ဣဒ္ဓိဝိဓဉာဏ် = တန်ခိုး အမျိုးမျိုး ဖန်ဆင်းနိုင်သော ဉာဏ်

## စရဏတရား တစ်ဆယ့်ငါးပါး

၁။ သီလ = ကိုယ် နှုတ် နှစ်ပါးကို စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းခြင်း။ ငါးပါး သီလ၊ ရှစ်ပါး သီလ၊ ပါတိမောက္ခသံဝရ သီလ စသည်များ
၂။ ဣန္ဒြိယသံဝရ = မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ် ဟူသော ဣန္ဒြေ ခြောက်ပါးနှင့် စပ်၍ ကိလေသာမဖြစ်ရအောင် ဖြစ်ပေါ်သမျှကို သတိဖြင့် ရှုသိနေခြင်း

၃။ ဘောဇနေမတ္တညုတာ = ချင့်ချိန်၍ စားသောက်ခြင်း
၄။ ဇာဂရိယာနုယောဂ = နိုးနိုးကြားကြားရှိမှု၊ သတိတည်းဟူသော နိုးကြားမှု အမြဲရှိနေခြင်း
၅။ သဒ္ဓါ = ရတနာ သုံးပါးနှင့် ကံ ကံ၏ အကျိုးကို ယုံကြည်မှု
၆။ သတိ = ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို သတိရခြင်း
၇။ ဟိရီ = မကောင်းမှုပြုရမည်ကို ရှက်ခြင်း
၈။ ဩတ္တပ္ပ = မကောင်းမှု ပြုရမည်ကို ကြောက်လန့်ခြင်း
၉။ ဝီရိယ = ကုသိုလ်ရေးတို့၌ အားထုတ်ခြင်း
၁၀။ သုတ = အပြစ်ကင်းသော အကြားအမြင် ဗဟုသုတ
၁၁။ ပညာ = အသိ, အလိမ္မာ, အတတ်ပညာ
၁၂-၁၅။ ပဌမဈာန်၊ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန်

## ဆောင်ပုဒ်

**သီကွန်ဘောဇာ၊ ခုနစ်ဖြာသဒ္ဓမ္မ၊ ဈာန်လေး၀၊စရဏ တစ်ဆယ့်ငါး။**

## လောကသုံးပါး

၁။ သတ္တလောက= သက်ရှိ သတ္တဝါအားလုံး
၂။ ဩကာသလောက = သတ္တဝါတို့၏ တည်နေရာ ဘုံများ (အပါယ် ၄ ဘုံ၊ လူ့ဘုံ၊ နတ် ၆ ဘုံ၊ ဗြဟ္မာဘုံ ၂၀)
၃။ သင်္ခါရလောက = ဖြစ်တတ်ပျက်တတ်သော ရုပ်နှင့်နာမ်

## အပါယ် လေးပါး

၁။ ငရဲ ၃။ ပြိတ္တာ
၂။ တိရစ္ဆာန် ၄။ အသူရကာယ်

## ကပ်သုံးပါး

၁။ သတ္ထန္တရကပ် = အချင်းချင်း လက်နက် အမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ထိုးခုတ်သတ်ဖြတ်၍ သေကြေ ပျက်စီးကြရခြင်း

၂။ ဒုဗ္ဘိက္ခန္တရကပ်= ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးသည့် ဘေးကြီးဆိုက်၍ သေကြေပျက်စီးကြရခြင်း

၃။ ရောဂါန္တရကပ်= ဝမ်းရောဂါ၊ ကျောက်ရောဂါ ကဲ့သို့သော ကပ်ရောဂါဆိုးကြီးများ ကျရောက်၍ သေကြေ ပျက်စီးကြရခြင်း

## အက္ခဏ ရှစ်ပါး

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားညွှန်ပြတော်မူသော တရားတော်များကို လိုက်နာကျင့်သုံးခွင့် မရသော အခါသမယကို **'အက္ခဏ'** ဟု ခေါ်သည်။ ယင်း အက္ခဏသည် ရှစ်မျိုးရှိ၏။ ယင်း အက္ခဏ ရှစ်မျိုးကိုပင် **ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး** ဟု ခေါ်ကြ၏။

၁-၃။ ဘုရားပွင့်ချိန်တွင် ငရဲဘုံ၊ တိရစ္ဆာန်ဘုံ၊ ပြိတ္တာဘုံ တစ်ဘုံဘုံ၌ ဖြစ်ရခြင်း

၄။ ဘုရားပွင့်ချိန်တွင် အသက်ရှည်သော အသညသတ် ဗြဟ္မာ၊ အရူပ ဗြဟ္မာ ဖြစ်ရခြင်း

၅။ ဘုရားပွင့်ချိန်တွင် အစွန်အဖျားကျသော ပစ္စန္တရစ် အရပ်၌ လူဖြစ်ရခြင်း

၆။ ဘုရားပွင့်ချိန်တွင် ဘုရားသာသနာတော် ထွန်းကားရာ အရပ်၌ လူဖြစ်သော်လည်း အယူဝါဒမှားကို ယူမိခြင်း

၇။ ဘုရားပွင့်ချိန်တွင် သာသနာထွန်းကားရာ အရပ်၌ လူဖြစ်သော်လည်း အသိဉာဏ်နုံ့လှ၍ ထုထိုင်း ဖျင်းအ,ခြင်း

၈။ အရပ်ဒေသကောင်း၌ ဉာဏ်ရှိသောလူ ဖြစ်ရသော်လည်း ဘုရားမပွင့်သည့်အခါ၊ သာသနာပ အခါနှင့် ကြုံကြိုက်ခြင်း

(အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ အဋ္ဌက၊ အက္ခဏသုတ်)

## ရန်သူမျိုး ငါးပါး

၁။ ရေ

၂။ မီး

၃။ မင်းစိုးရာဇာ

၄။ သူခိုး၊ ဒမြ

၅။ အမွေခံဆိုး

## ဝိပတ္တိတရား လေးပါး

| | | |
|---|---|---|
| ကာလဝိပတ္တိ | = | ခေတ်ဆိုး၊ ကာလဆိုး |
| ဂတိဝိပတ္တိ | = | အပါယ်ဘုံ၌ ဖြစ်ရခြင်း |
| ဥပဓိဝိပတ္တိ | = | ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါ ချို့တဲ့ခြင်း |
| ပယောဂဝိပတ္တိ | = | သတိ၊ ဝီရိယ၊ ဉာဏ်ပညာ မရှိခြင်း |

(အဘိ-ဋ္ဌ ၂၊ ၄၂၁)

## ဗျသနတရား ငါးပါး

| | | | |
|---|---|---|---|
| ၁။ | ဉာတိဗျသန | = | ဆွေမျိုး ပျက်စီးခြင်း |
| ၂။ | ရောဂဗျသန | = | မကျန်းမမာ အနာရောဂါ ဖြစ်ပွါးခြင်း |
| ၃။ | ဘောဂဗျသန | = | စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပျက်စီးခြင်း |
| ၄။ | ဒိဋ္ဌိဗျသန | = | အယူမှားကို ယူခြင်း |
| ၅။ | သီလဗျသန | = | သီလ ပျက်စီးခြင်း |

## အခန်း (၁၂)

## ခုတင် တစ်ဆယ့်သုံးပါး

**ခုတင်=ခုတင်** ဆိုသည်မှာ **ကိလေသာ တို့ကို တဒင်္ဂပဟာန် အားဖြင့် ခါထုတ်တတ် ဖျက်ဆီးတတ်သော အကျင့်** ကို ခေါ်သည်။

ယင်း ခုတင်သည်–

၁။ ပံ့သကူ ခုတင် = ပံ့သကူသင်္ကန်းကို ဝတ်ရုံသုံးဆောင်သော အကျင့်

၂။ တိစီဝရိက် ခုတင် = သင်္ကန်း သုံးထည်ကိုသာ ဝတ်ရုံ သုံးဆောင်သော အကျင့်

၃။ ပိဏ္ဍပါတ် ခုတင် = ဆွမ်းခံ၍ စားသော အကျင့်

၄။ သပဒါနာစာရိက ခုတင် = အိမ်စဉ် မကျော်ဘဲ ဆွမ်းခံသော အကျင့်

၅။ ဧကာသနိက် ခုတင်=တစ်နေရာတည်း၌သာ ဣရိယာပုတ် မပြောင်းဘဲ စားသော အကျင့်

၆။ ပတ္တပိဏ် ခုတင် = စားခွက် တစ်ခုတည်း၌သာ စားဖွယ်အားလုံး ထည့်၍ စားသော အကျင့်

၇။ ခလုပစ္ဆာဘတ် ခုတင်=တော်ပြီဟု တားမြစ်ပြီးနောက် စားကောင်းအောင် ဝိနည်းကံပြုထားသော စားဖွယ်ကိုပင် မစားတော့သော အကျင့်

၈။ အာရညကင် ခုတင်=တောရကျောင်း၌ နေသော အကျင့်

၉။ ရုက္ခမူ ခုတင်=သစ်ပင်အောက်၌ နေသော အကျင့်

၁၀။ အဗ္ဘောကာသိက ခုတင်=အမိုး မရှိသော လဟာပြင်၌ နေသော အကျင့်

၁၁။ သုသာန် ခုတင်=သုသာန်၌ နေသော အကျင့်

၁၂။ ယထာသန္တတိ ခုတင်= မိမိအတွက် ချထားသော ကျောင်းအိပ်ရာ နေရာ၌သာ နေသော အကျင့်

၁၃။ နိသဇ္ဇိ ခုတင်=မလျောင်းဘဲ သွား, ရပ်, ထိုင် ဣရိယာပုတ်ဖြင့်သာ နေသော အကျင့်အားဖြင့် ၁၃ ပါး ရှိ၏။

## ၁။ ပံ့သကူ ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

**ပံ့သကူဓုတင်** ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် တစ်စုံတစ်ယောက်က လှူဒါန်းသော သင်္ကန်းကို မဝတ်ရုံရ၊ သူတစ်ပါး လွှင့်ပစ်ထားသော အဝတ်များကို ကောက်ယူ လျှော်ဖွပ် ချုပ်ဆိုး၍ ရသော ပံ့သကူသင်္ကန်းကိုသာ ဝတ်ရုံရသည်။

**ဆောက်တည်ပုံ** "ဂဟပတိဒါန စီဝရံ ပဋိက္ခိပါမိ" ဟု ပါဠိဘာသာဖြင့် ဖြစ်စေ၊

"ဒါယကာ လှူဒါန်းသော သင်္ကန်းကို ပယ်ပါ၏" ဟု မြန်မာဘာသာဖြင့် ဖြစ်စေ၊

"ပံသုကူလိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ" ဟု ပါဠိဘာသာဖြင့် ဖြစ်စေ။

"ပံ့သကူ သင်္ကန်းကို ဝတ်ရုံလေ့ ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏" ဟု မြန်မာဘာသာဖြင့် ဖြစ်စေ ဆောက်တည်ရ၏။

ဒါယကာ လှူဒါန်းသော သင်္ကန်းကို သာယာသော ခဏ၌ပင် ပံ့သကူဓုတင် ပျက်တော့၏။ ပျက်လျှင် ပြန်၍ ဆောက်တည်ကျင့်သုံးနိုင်၏။ တစ်ခြား ဓုတင်များလည်း ဤနည်းအတိုင်းပင်။

## ၂။ တိစီဝရိက်ခုတင် ဆောက်တည်ပုံ

**တိစီဝရိက်ခုတင်** ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် ခါးဝတ် သင်းပိုင်၊ ကိုယ်ရုံ ကောသီ၊ ဒုကုဋ် သင်္ကန်းကြီး ဟူသော သင်္ကန်း သုံးထည်ကိုသာ ဝတ်ရုံ သုံးဆောင်ရသည်။ ထို သုံးထည်မှတပါး တစ်ခြား သင်္ကန်းကို မဝတ်ရုံ မသုံးဆောင်ရ။

**ဆောက်တည်ပုံ** "စတုတ္ထကစီဝရံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"ဝတ်လောက်ရုံလောက် လေးထည်မြောက် သင်္ကန်းကိုပယ်ပါ၏"

"တေစီဝရိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"သုံးထည်သော သင်္ကန်းကို ဝတ်ရုံလေ့ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။"

ဤ ဆောက်တည်ပုံ လေးမျိုးအနက် တစ်မျိုးမျိုးကို ရွတ်ဆို၍ ဆောက်တည်ရ၏။ နောက် ခုတင်များ ဆောက်တည်ရာ၌လည်း ဤနည်းတူပင်။

ဝတ်လောက်ရုံလောက် လေးထည်မြောက် သင်္ကန်းကို သာယာသော ခဏ၌ပင် တိစီဝရိက်ခုတင် ပျက်တော့၏။

## ၃။ ပိဏ္ဍပါတ်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

**ပိဏ္ဍပါတ် ဓုတင်** ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် ဆွမ်းခံ၍ရသော ဆွမ်းကိုသာ ဘုဉ်းပေးရ၏။ ပင့်ဖိတ်၍ ကပ်လှူသော သံဃဘတ် စသည်ကို မဘုဉ်းပေးရ။

**ဆောက်တည်ပုံ** "အတိရေကလာဘံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"ဆွမ်းခံဆွမ်းထက် အပိုအလွန် ဖြစ်သော ဆွမ်းကို ပယ်ပါ၏"

"ပိဏ္ဍပါတိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"ဆွမ်းခံခြင်း အလေ့ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည် ပါ၏။"

ဆွမ်းခံဆွမ်းမှ တပါးသော ပင့်ဖိတ် ကပ်လှူသော သံဃဘတ် စသည်ကို သာယာသော ခဏ၌ပင် ပိဏ္ဍပါတ်ဓုတင် ပျက်တော့၏။

## ၄။ သပဒါနစာရိကဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

**သပဒါနစာရိကဓုတင်** ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် အိမ်စဉ် မကျော်ဘဲ အိမ်စဉ်အတိုင်း ဆွမ်းရပ်ရ၏။ သို့သော် ဘေးရန်ရှိသော အိမ်, လမ်း, ရွာ စသည်ကို လည်းကောင်း၊ ဆွမ်းမရသော အိမ်, လမ်း, ရွာ စသည်ကို လည်းကောင်း ကျော်သွားနိုင်၏။ တစ်ခြား အရပ်သို့ ဖဲသွားနိုင်၏။

**ဆောက်တည်ပုံ** "လောလုပ္ပစာရံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"မက်မောသော တဏှာဖြင့် အိမ်စဉ်ကျော်၍ ဆွမ်းခံသွားခြင်းကို ပယ်ပါ၏"

"သပဒါနစာရိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"အိမ်စဉ်အတိုင်း ဆွမ်းခံသွားသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည် ပါ၏။"

မက်မောသော တဏှာဖြင့် အိမ်စဉ်ကျော်၍ ဆွမ်းရပ်သော ခဏ၌ပင် ဓုတင် ပျက်တော့၏။

## ၅။ ဧကာသနိက်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

**ဧကာသနိက်ဓုတင်**ကို ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် တစ်နေ့လျှင် တစ်နေရာတည်း၌သာ တစ်ထိုင်တည်းသော ဣရိယာပုတ်ဖြင့် ဆွမ်းဘုဉ်းပေးရ၏။ နှစ်နေရာ သုံးနေရာ စသည်ဖြင့် နေရာအများ၌ မဘုဉ်းပေးရ။

**ဆောက်တည်ပုံ** "နာနာသနဘောဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"နေရာအများ၌ စားခြင်းကို ပယ်ပါ၏"

"ဧကာသနိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"တစ်နေရာတည်း တစ်ထိုင်တည်း၌သာ စားလေ့ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်းစေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။"

နှစ်နေရာ သုံးနေရာ စသည်၌ ဘုဉ်းပေးသုံးဆောင်လျှင် ကောသနိက်စတင် ပျက်တော့၏။

## ၆။ ပတ္တပိဏ်ဍိကင် ဆောက်တည်ပုံ

**ပတ္တပိဏ်ဍိကင်** ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် ခဲဖွယ် ဘောဇဉ်ကို တစ်ခွက်တည်း တစ်သပိတ်တည်း၌သာ ထည့်၍ စားရသည်။ နှစ်ခွက် သုံးခွက် စသည်၌ ထည့်၍ မစားရ။ တစ်ခွက်တည်း၌ စားဖွယ် အမျိုးမျိုးတို့ကို တစ်ပြိုင်တည်း ဖြစ်စေ၊ တစ်မျိုးပြီးမှ တစ်မျိုးဖြစ်စေ ထည့်၍ စားနိုင်၏။ ဟင်းရွက်စိမ်းများကိုမူ လက်ဖြင့် ကိုင်၍ စားနိုင်၏။ ဓုတင်မပျက်ပေ။ သို့သော်လည်း လက်ဖြင့် ကိုင်ထားခြင်းမှာ ကြည့်၍ မလျော်သဖြင့် သပိတ်ထဲ၌ ထည့်ထားခြင်းသာလျှင် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏။

**ဆောက်တည်ပုံ** "ဒုတိယကဘာဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"နှစ်ခုမြောက်သော စားခွက်ကို ပယ်ပါ၏"

"ပတ္တပိဏ္ဍိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"တစ်ခွက်တည်း၌ရှိသော စားဖွယ်ကိုသာ စားလေ့ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။"

နှစ်ခုမြောက်သော စားခွက်ကို သာယာသော ခဏ၌ပင် ပတ္တပိဏ်ဍိကင် ပျက်တော့၏။

## ၇။ ခလုပစ္ဆာဘတ်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

**ခလုပစ္ဆာဘတ်ဓုတင်** ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် ဆွမ်းစားစဉ် "တော်ပြီ"ဟု ပယ်မြစ်ပြီးမှ တစ်ဖန် စားလိုပြန်၍ အတိရိတ်ဝိနည်းကံ ပြုထားသော ဆွမ်းဘောဇဉ်ကို မစားရ။ (ခလုပစ္ဆာဘတ်ဓုတင် မဆောက်တည်သော ရဟန်းများမှာမူ အတိရိတ်ဝိနည်းကံ ပြုပြီးလျှင် နောက်တစ်ဖန် ပြန်၍ စားနိုင်၏။)

**ဆောက်တည်ပုံ** "အတိရိတ္တဘောဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"အတိရိတ် ဝိနည်းကံပြု၍ စားခြင်းကို ပယ်ပါ၏"

"ခလုပစ္ဆာဘတ္တိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"ပယ်မြစ်ပြီးမှ အတိရိတ် ဝိနည်းကံ ပြု၍ ရသော ဆွမ်းကို မစားသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။"

အတိရိတ် ဝိနည်းကံပြုထားသော ဆွမ်းဘောဇဉ်ကို စားသော ခဏ၌ပင် ခလုပစ္ဆာဘတ် ဓုတင် ပျက်တော့၏။

## ၈။ အာရညကင်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

**အာရညကင်ဓုတင်** (တောရဓုတင်) ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် အနီးဆုံးရွာနှင့် လေးအတတ်သင်ဆရာ၏ ညို့တင် ထားသော ကုလလေးနှင့် အပြန်ငါးရာ အနည်းဆုံး ဝေးကွာသော

တောရကျောင်း၌ နေရသည်။ အကြောင်းကိစ္စ တစ်ခုခုဖြင့် ရွာအတွင်း၌ နေရသော်လည်း အရုဏ်မတက်မီ တောရကျောင်းသို့ ပြန်လာပြီးလျှင် တောရကျောင်း၌ပင် အရုဏ်တက်စေမှု ဓုတင်မပျက်ပေ။

ဤ၌ အာရညကင်ဓုတင် လောက်သော အကွာအဝေးကို "အလယ်အလတ် ဖြစ်သော ဒေသတောင်တာဖြင့် ယူလျှင်ပင် ဆိတ်ငြိမ်ရာ ဝိဝေကကို ရတော့သည်။ ထို့ကြောင့် ဤ မြန်မာဒေသ၌ အများ သုံးဆောင်ကြသည့် ဟသ်ာတောင်(=၁၈ လက်မ)၊ သံတောင် (=၂၄ လက်မ) တို့ဖြင့် လေးတောင်တာကို ကုလလေးတာဟု ယူသင့်သည်"ဟု ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဝိသုဒ္ဓါရာမ ဆရာတော် ဘုရားကြီး **ပရမတ္ထ သရူပဘေဒနီကျမ်း** ဒုတိယတွဲ၊ စာမျက်နှာ ၁၁၅ ၌ ဆုံးဖြတ်တော်မူသည်ကို မှတ်သားရ၏။

**ဆောက်တည်ပုံ** "ဂါမန္တသေနာသနံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"ရွာကျောင်းကို ပယ်ပါ၏"

"အာရညိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"တော၌ နေလေ့ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။"

ရွာကျောင်း၌ နေလိုသော စိတ်ဖြင့် အရုဏ်တက်ချိန်တွင် ရွာကျောင်း၌နေသော ခဏ၌ပင် အာရညကင်(တောရ)ဓုတင် ပျက်တော့၏။

# ၉။ ရုက္ခမူလိကင် ဆောက်တည်ပုံ

**ရုက္ခမူလိကင်** ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် အုတ်ကြွပ်၊ ကျောက်ပြား၊ အင်္ဂတေ၊ သက်ကယ်၊ သစ်ရွက် တို့တွင် တစ်ခုခုဖြင့် မိုးထားသော အရိပ်အာဝါသ၌ မနေရ၊ သစ်ပင်အောက်၌သာ နေရသည်။

ဓုတင်ဆောင်ပုဂ္ဂိုလ် အမြတ်စား၊ အလတ်စား၊ အညံ့စားဟု သုံးမျိုးသုံးစားရှိသည့်အနက် **အမြတ်စား** ပုဂ္ဂိုလ်မှာ သစ်ပင်ကောင်း သစ်ပင်သန့် မရွေးချယ်ဘဲ မည်သည့် သစ်ပင်အောက်၌မဆို သစ်ရွက်ပုံများကို ကိုယ်တိုင် ခြေဖြင့် ဖယ်ရှင်း၍ နေရသည်။ **အလတ်စား** ပုဂ္ဂိုလ်မှာ သစ်ပင်အောက်သို့ ရောက်လာသူများကို အရှင်းခိုင်းနိုင်ခွင့် ရှိသည်။ **အညံ့စား** ပုဂ္ဂိုလ်မှာမူ ကျောင်းသား သာမဏေတို့ကို ခေါ်၍ သစ်ရွက်ရှင်း၊ သဲခင်း၊ နံရံကာ၊ တံခါး တပ်စေလျက် နေခွင့်ရှိသည်။

**ဆောက်တည်ပုံ** "ဆန္နံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"အမိုးရှိသော အရိပ်အာဝါသကို ပယ်ပါ၏"

"ရုက္ခမူလိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"သစ်ပင်အောက်၌ နေလေ့ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။"

အမိုး မိုးထားသော အရိပ်အာဝါသတွင် နေသော ခဏ၌ပင် ရုက္ခမူလိကင် ပျက်တော့၏။

## ၁၀။ အဗ္ဘောကာသိကစုတင် ဆောက်တည်ပုံ

**အဗ္ဘောကာသိကစုတင်** ဆောက်တည်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဟင်းလင်းပြင် လွင်တီးခေါင်၌သာ နေရ၏။ အမိုးရှိသော အရိပ်အာဝါသ၌ ဖြစ်စေ၊ သစ်ပင်အောက်၌ဖြစ်စေ မဝင် မနေရ။

သို့သော်လည်း ဥပုသ်ပြု၊ တရားနာ၊ စာသင်၊ စာချရန် ဖြစ်စေ၊ ဆရာ ဥပဇ္ဈာယ်တို့၏ ဝတ်ကြီး ဝတ်ငယ် ပြုရန်ဖြစ်စေ ဝင်နိုင်၏။ စုတင်မပျက်ပေ။ ထိုအကြောင်းများကြောင့် အမိုးရှိရာသို့ ဝင်နေစဉ် မိုးရွာလျှင် မိုးတိတ်သည်အထိ ဆက်လက်နေနိုင်၏။

**ဆောက်တည်ပုံ** "ဆန္နဥ္စ ရုက္ခမူလဉ္စ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"အမိုးကိုလည်းကောင်း၊ သစ်ပင်ရင်းကိုလည်းကောင်း ပယ်ပါ၏။"

"အဗ္ဘောကာသိကင်္ဂ သမာဒိယာမိ"

"အမိုးမရှိသော ဟင်းလင်းပြင်၌ နေလေ့ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်းစေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။"

အမိုးရှိရာသို့ ဖြစ်စေ၊ သစ်ပင်အောက်သို့ ဖြစ်စေ ဝင်လျှင် အဗ္ဘောကာသိကစုတင် ပျက်တော့၏။

## ၁၁။ သုသာန်ဓုတင်ဆောက်တည်ပုံ

**သုသာန်ဓုတင်** ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် သုသာန်သို့ ညအခါသွား၍ "သန်းခေါင်ယံပတ်လုံး သုသာန်၌နေ၍ မိုးသောက်ယံ၌ သုသာန်မှထွက်သင့်သည်။"ဟု အင်္ဂုတ္တိုရ်ဆောင် မထေရ်များ မိန့်ကြ၏။

လူတို့က သုသာန်ဟု သတ်မှတ်ထားသော်လည်း လူသေ အလောင်း မချ မမြှုပ် မဖုတ် မရှိ့ရသေးလျှင် သုသာန်မမည်ပေ။

**အစီအစဉ်** ဤ သုသာန်ဓုတင် ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် သံဃာများ၏ အကြီးအမှူး မထေရ်ကြီးနှင့် သက်ဆိုင်ရာ နယ်မြေ အာဏာပိုင်တို့ကို ကြိုတင် အကြောင်းကြားပြီးနောက် သုသာန်သို့ မိမိသွားမည့်လမ်းတွင်ရှိသော သစ်ပင်၊ သစ်ငုတ်၊ ချုံပုတ်၊ တောင်ပို့ စသည်တို့ကို နေ့အခါကပင် သွားရောက်ကြည့်ရှု၍ ကောင်းစွာ မှတ်သားထားရမည်။

ဘီလူး စသည်တို့ နှစ်သက်တတ်သော နှမ်းထောင်း၊ ပဲထမင်း၊ ငါး၊ အမဲ၊ နို့ရည်၊ ဆီ၊ တင်လဲ စသော ခဲဖွယ် စားဖွယ်တို့ကို မမှီဝဲ မသုံးဆောင်ရပေ။

**ဆောက်တည်ပုံ** "နသုသာနံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"သုသာန် မဟုတ်သော အရပ်ကိုပယ်ပါ၏"

"သောသာနိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"သုသာန်၌ နေလေ့ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။"

သုသာန် မဟုတ်သော အရပ်၌နေလျှင် သုသာန်ဓုတင် ပျက်တော့၏။ "သုသာန်သို့ မသွားသောနေ့၌ ဓုတင်ပျက်သည်။" ဟု အင်္ဂုတ္တိုရ်ဆောင် မထေရ်များ မိန့်ကြ၏။

## ၁၂။ ယထာသန္တတိဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

**ယထာသန္တတိဓုတင်** ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် မိမိအား ချထားသော ကျောင်းအိပ်ရာ နေရာ၌သာလျှင် နေရ၏။ ကျောင်းအိပ်ရာနေရာ၌ မက်မောသော တဏှာဖြင့် ချထားပေးသည့် အတိုင်း မနေပဲ မိမိစိတ်ကြိုက် ကျောင်းအိပ်ရာနေရာ၌ မနေရပေ။ နေရာ၌ နေလိုသော တဏှာဖြင့် ရဟန်းငယ်များကို နေရာမှ ထသွားအောင် မပြုလုပ်ရပေ။

**ဆောက်တည်ပုံ** "သေနာသနလောလုပ္ပံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"ကျောင်းအိပ်ရာနေရာ၌ မက်မောသော တဏှာကို ပယ်ပါ၏။

"ယထာသန္တတိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"ချထားပေးသော နေရာ၌ နေလေ့ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။"

ကျောင်းအိပ်ရာနေရာ၌ မက်မောသော တဏှာဖြစ်ကာမျှ၌ ယထာသန္တတိဓုတင် ပျက်တော့၏။

## ၁၃။ နိသဇ္ဇိစုတင် ဆောက်တည်ပုံ

**နိသဇ္ဇိစုတင်** ဆောက်တည်သော ရဟန်းသည် သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း ဣရိယာပုထ် ၃ ပါးဖြင့်သာ နေရ၏။ လျောင်းသော ဣရိယာပုထ်ဖြင့် မနေရ၊ လဲလျောင်း၍ မနေရ။

**ဆောက်တည်ပုံ** "သေယျံ ပဋိက္ခိပါမိ။"

"လဲလျောင်းအိပ်ခြင်းကို ပယ်ပါ၏။"

"နေသဇ္ဇိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။"

"ထိုင်လျက် နေလေ့ရှိသော ရဟန်း၏ အကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။"

လျောင်း၍ အိပ်စက်ခြင်းကို ပြုကာမျှနှင့်ပင် နိသဇ္ဇိစုတင် ပျက်တော့၏။

**အပ္ပိစ္ဆတာဂုဏ်** ဤ စုတင်အကျင့်တို့ကို စွမ်းနိုင်သမျှ ကျင့်ကြံလျှင် ကိလေသာပါး ကုသိုလ်ပွါး၍ အကျိုးများလှ၏။ သို့သော် မိမိ စုတင်ဆောင်သူ ဖြစ်ကြောင်း အများသိအောင် လူတွေ့တိုင်း ပြောပြလျက် ကျင့်လျှင်ကား စုတင် အပ္ပိစ္ဆတာ (စုတင်၌ အလို လောဘနည်းခြင်း) ဂုဏ်နှင့် မဟပ်မိတော့ပေ။ ထို့ကြောင့် စုတင်ဆောင်သူတိုင်း အောက်ပါ မထေရ်နှစ်ပါး၏ ဝတ္ထုကို အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းအပ်ပေသည်။

**ခုတင်ကို လျှို့ဝှက်သူ** သီဟိုဠ်ကျွန်း (ယခု သီရိလင်္ကာ) အရှေ့တောင်ပိုင်း **စိတ္တလတောင်** ၌ ညီနောင် မထေရ် နှစ်ပါး သီတင်းသုံးလျက် နေကြ၏။ တနေ့သော် နောင်တော် မထေရ် ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီး၍ ပလုတ်ဆေးနေစဉ် ညီတော် မထေရ် ရောက်လာပြီးလျှင် "ကြံပိုင်း ဘုဉ်းပေးပါဦး ဘုရား"ဟု ဆိုကာ ကြံပိုင်းကို ဆက်ကပ်၏။ နောင်တော် မထေရ်က အလိုမရှိတော့ကြောင်း မိန့်ကြားသောအခါ "အရှင်ဘုရား ကောသနိက် ခုတင် ဆောက်တည်ပါသလား ဘုရား"ဟု ညီတော်က မေး၏။

ထိုအခါ နောင်တော်က "ကဲ ကြံပိုင်းယူခဲ့ပါ"ဟု ဆိုကာ ကပ်လာသော ကြံပိုင်းကို ဘုဉ်းပေး၏။ နောက်မှ ခုတင်ကို ပြန်၍ ဆောက်တည်၏။

ကြံပိုင်းကို မဘုဉ်းပေးလျှင် မိမိ ကောသနိက်ခုတင် ဆောက်တည်သည်ကို ညီတော် သိသွားမည်စိုးသဖြင့် နှစ်ပေါင်း ငါးဆယ်ပတ်လုံး ဆောက်တည်လာသော ခုတင်ကို အပျက်ခံ၍ ကြံပိုင်းကို ဘုဉ်းပေးခြင်း ဖြစ်၏။ အလိုနည်းခြင်း = အပ္ပိစ္ဆတာဂုဏ်နှင့် လွန်စွာ ပြည့်စုံလှသဖြင့် ကြည်ညိုဖွယ် ကောင်းလှပါပေသည်။

(အံ–ဋ္ဌ ၁၊ ၅၉)

အခန်း (၁၃)

# သမာဓိ

**ဈာန် နှင့် အပ္ပနာ** အာရုံ တစ်ခုတည်း၌ စိတ် **စုစည်းစူးစိုက် တည်ငြိမ်နေခြင်း** ကို **သမာဓိ**ဟု ခေါ်၏။ ထို စူးစိုက်တည်ငြိမ်မှု အားကောင်းလာလျှင် **ဈာန်** ဟုခေါ်၏။ **အပ္ပနာ** ဟုလည်း ခေါ်ရ၏။

အာရုံကို **စူးစူးစိုက်စိုက်ကပ်၍ ရှုသော စိတ်**သည် **ဈာန်စိတ်**။ အာရုံ၌**သက်ဝင်နစ်မြုပ်နေသောစိတ်**သည် **အပ္ပနာစိတ်**။ ဈာန်နှင့် အပ္ပနာ သဘောအဓိပ္ပာယ် အတူတူပင် ဖြစ်၏။ စိတ်၏ အခြေအနေ တစ်ခုတည်းကိုပင် ဝေါဟာရ နှစ်ခုဖြင့် ခေါ်ဝေါ်သုံးနှုန်းကြခြင်း ဖြစ်၏။

**ဈာန်ချမ်းသာ** စိတ်သည် အရှုခံအာရုံ၌ အင်အားကောင်းစွာ စူးစိုက်တည်ငြိမ်နေ၍ ဈာန်သမာဓိအခြေအနေသို့ ရောက်သော အခါ စိတ်၏ အညစ်အကြေးဖြစ်သည့် လောဘ ဒေါသ စသော ကိလေသာ နီဝရဏတို့ ကင်းဝေးစင်ကြယ်နေသဖြင့် စိတ်အစဉ်သည် ကြည်လင်သန့်ရှင်း နေရကား ငြိမ်းအေးချမ်းသာနေ၏။ ယင်း ချမ်းသာကိုပင် **ဈာန်ချမ်းသာ**ဟု ခေါ်ကြ၏။

**ဈာန် လေးဆင့် ငါးဆင့်** ယင်း ဈာန်ကို စိတ်တည်ငြိမ်မှု အင်အားအကောင်းအညံ့ လိုက်၍ လေးဆင့် တစ်နည်း၊ ငါးဆင့် တစ်နည်း ခွဲခြား သတ်မှတ်ကြ၏။

**ယင်း ဈာန်ကို လေးဆင့် ခွဲခြားလျှင်–**

၁။ ပထမဆင့် ဈာန်စိတ်၌ ကြံစည်ခြင်း(=ဝိတက်)၊ ဆင်ခြင်သုံးသပ်ခြင်း (=ဝိစာရ)၊ နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်ခြင်း(=ပီတိ)၊ ချမ်းသာခြင်း(=သုခ)၊အာရုံ တစ်ခုတည်း၌ တည်ခြင်း (=ဧကဂ္ဂတာ)၊ ဤ သဘော ငါးမျိုး ပါဝင်၏။

၂။ ဒုတိယဆင့် ဈာန်စိတ်၌ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ခြင်း(=ပီတိ)၊အာရုံ တစ်ခုတည်း၌ တည်ခြင်း (=ဧကဂ္ဂတာ)၊ ချမ်းသာခြင်း(=သုခ)၊ ဤ သဘော သုံးမျိုး ပါဝင်၏။

၃။ တတိယဆင့် ဈာန်စိတ်၌ ချမ်းသာခြင်း(=သုခ)၊အာရုံ တစ်ခုတည်း၌ တည်ခြင်း (=ဧကဂ္ဂတာ)၊ ဤ သဘော နှစ်မျိုး ပါဝင်၏။

၄။ စတုတ္ထဆင့် ဈာန်စိတ်၌ မဆင်းရဲမချမ်းသာ ညီမျှစွာ ရှုခြင်း(=ဥပေက္ခာ)၊ အာရုံတစ်ခုတည်း၌ တည်ခြင်း(=ဧကဂ္ဂတာ)၊ ဤ သဘော နှစ်မျိုး ပါဝင်၏။

**ဈာန်ကို ငါးဆင့် ခွဲခြားလျှင်–**

၁။ ပထမဆင့် ဈာန်စိတ်၌ **ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ** သဘော ၅ မျိုး ပါဝင်၏။

၂။ ဒုတိယဆင့် ဈာန်စိတ်၌ **ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ** သဘော ၄ မျိုး ပါဝင်၏။

၃။ တတိယဆင့် ဈာန်စိတ်၌ **ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ** သဘော ၃ မျိုး ပါဝင်၏။

၄။ စတုတ္ထဆင့် ဈာန်စိတ်၌ **သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ** သဘော ၂ မျိုး ပါဝင်၏။

၅။ ပဉ္စမဆင့် ဈာန်စိတ်၌ **ဥပေက္ခာ၊ ဧကဂ္ဂတာ** သဘော ၂ မျိုး ပါဝင်၏။

ဈာန် တစ်ဆင့်ထက် တစ်ဆင့် စိတ်တည်ငြိမ်မှု ပို၍ ပို၍ အားကောင်းလာကာ အမြင့်ဆုံးအဆင့်သို့ ရောက်သောအခါ စိတ်သည် လွန်စွာ ငြိမ်သက် ငြိမ်းအေး လာတော့၏။ ထိုအခါ အချမ်းသာကြီး ချမ်းသာနေတော့၏။

ဤ ဈာန်ချမ်းသာကို ခံစားနိုင်ရေးအတွက် ဈာန် သမာဓိကို ရရှိရန် အောက်ပါ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း လေးဆယ်တို့တွင် တစ်ပါးပါးကို ပွါးများ အားထုတ်ရ၏။

## ကသိုဏ်း ဆယ်ပါး

| | |
|---|---|
| ၁။ ပထဝီ ကသိုဏ်း | ၆။ ပီတ ကသိုဏ်း |
| ၂။ အာပေါ ကသိုဏ်း | ၇။ လောဟိတ ကသိုဏ်း |
| ၃။ တေဇော ကသိုဏ်း | ၈။ ဩဒါတ ကသိုဏ်း |
| ၄။ ဝါယော ကသိုဏ်း | ၉။ အာလောက ကသိုဏ်း |
| ၅။ နီလ ကသိုဏ်း | ၁၀။ အာကာသ ကသိုဏ်း |

## အသုဘ ဆယ်ပါး

| | |
|---|---|
| ၁။ ဥဒ္ဓုမာတက အသုဘ | ၆။ ဝိက္ခိတ္တက အသုဘ |
| ၂။ ဝိနီလက အသုဘ | ၇။ ဟတဝိက္ခိတ္တက အသုဘ |
| ၃။ ဝိပုဗ္ဗက အသုဘ | ၈။ လောဟိတက အသုဘ |
| ၄။ ဝိစ္ဆိဒ္ဒက အသုဘ | ၉။ ပုဠုဝက အသုဘ |
| ၅။ ဝိက္ခာယိတက အသုဘ | ၁၀။ အဋ္ဌိက အသုဘ |

## အနုဿတိ ဆယ်ပါး

| | |
|---|---|
| ၁။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ | ၆။ ဒေဝတာနုဿတိ |
| ၂။ ဓမ္မာနုဿတိ | ၇။ မရဏာနုဿတိ |
| ၃။ သံဃာနုဿတိ | ၈။ ကာယဂတာသတိ |
| ၄။ သီလာနုဿတိ | ၉။ အာနာပါနုဿတိ |
| ၅။ စာဂါနုဿတိ | ၁၀။ ဥပသမာနုဿတိ |

## ဗြဟ္မဝိဟာရ လေးပါး(ဗြဟ္မစိုရ်တရား လေးပါး)

၁။ မေတ္တာ
၂။ ကရုဏာ
၃။ မုဒိတာ
၄။ ဥပေက္ခာ

## အာရုပ္ပ လေးပါး

၁။ အာကာသာနဉ္စာယတန
၂။ ဝိညာဏဉ္စာယတန
၃။ အာကိဉ္စညာယတန
၄။ နေဝသညာ နာသညာယတန

## သညာ တစ်ပါး

၁။ အာဟာရေ ပဋိက္ကူလသညာ

## ဝဝတ္ထာန် တစ်ပါး

၁။ စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်

## ဆောင်ပုဒ်

ကသိုဏ်း တဆယ်၊ အသုဆယ်၊ တဆယ်နုဿတိ၊
ဗြဟ္မဝိဟာ၊ လေးပါးသာ၊ လေးဖြာ အာရုပ်ထည့်။
ကေသည်၊ ဝ ဝတ္ထာန်၊ ပေါင်းပြန် လေးဆယ်ရှိ။

**ဝိပဿနာ၏ အခြေခံ သမာဓိ** ဤ သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း လေးဆယ် အနက် တစ်ပါးပါးကို ပွါးများ အားထုတ်လျှင် ဈာန် ရခါနီးစိတ်တည်ငြိမ်မှု (=**ဥပစာရသမာဓိ**) နှင့် ဈာန် သမာဓိ (=**အပ္ပနာသမာဓိ**) တို့ကို ရ၍ နီဝရဏတရား တို့ကို ပယ်ခွာနိုင်သဖြင့် စိတ်စင်ကြယ်မှု (=**စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ**) ဖြစ်ပေါ်၏။

ထို့ကြောင့် သမထကို အားထုတ်ပြီးမှ ဝိပဿနာကို ကူးပြောင်း အားထုတ်သော **သမထယာနိက** ပုဂ္ဂိုလ်သည် ထိုဥ**ပစာရသမာဓိ**၊ **အပ္ပမာသမာဓိ** နှစ်ပါးအနက် တစ်ပါးပါးကို အခြေခံလျက် ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတို့ကို သတိဦးစီးသော စိတ်ဖြင့် ရှုသိရ၏။ ထိုအခါ စိတ်အစဉ်တွင် နီဝရဏအညစ်အကြေး စင်ကြယ်နေသဖြင့် **စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ** ကို ရနေပြီဖြစ်သောကြောင့် ထိုအချိန်မှစ၍ အရှုခံ ရုပ်နာမ်တို့၏ သဘာဝအမှန်ကို ထိုးထွင်းသိမြင်သော ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်တော့၏။

**ဝိပဿနာ ခဏိကသမာဓိ** ဝိပဿနာသက်သက် အားထုတ်သော **သုဒ္ဓဝိပဿနာယာနိက** ပုဂ္ဂိုလ်မှာမူ ရုပ်နာမ် တို့ကို စူးစိုက်ရှုရင်း တဖြည်းဖြည်း အားကောင်းသော **ခဏိကသမာဓိ**ကို ရလာလျှင် ရှုစိတ်အစဉ်တွင် နီဝရဏ ကင်းစင်နေသဖြင့် **စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ** ဖြစ်ပေါ်ကာ ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်လေတော့၏။

## အခန်း (၁၄)

## မေတ္တာဘာဝနာ

**မေတ္တာ ဘာဝနာ** သည် သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း လေးဆယ်တွင် ပါဝင်သော သမာဓိကမ္မဋ္ဌာန်းတစ်ခု ဖြစ်၏။ ဤ မေတ္တာ ဘာဝနာကို ပွါးများ အားထုတ်ခြင်းဖြင့် ဈာန် လေးဆင့်အနက် တတိယဈာန် သမာဓိအထိ ရနိုင်၏။ ထို့ကြောင့် ဤ မေတ္တာ ဘာဝနာ အခန်းကို သမာဓိ အခန်း၏ နောက်၌ ဆက်လက် ဖော်ပြရခြင်း ဖြစ်၏။

**မေတ္တာဆိုသည်မှာ** **မေတ္တာ**ဆိုသည်မှာ သတ္တဝါတို့၏ အကျိုးစီးပွါးကို လိုလားသောစိတ်၊ သတ္တဝါတို့ကို ချမ်းသာစေလိုသော စိတ်ပင်ဖြစ်သည်။ သတ္တဝါတို့၏ အကျိုးစီးပွါးကို လိုလားလျက် ချစ်ခင်သော စိတ်ဟုလည်း ဆိုနိုင်၏။ [ အဘိဓမ္မာ၌

မေတ္တာသည် စေတသိက် ဖြစ်၏။ ဤ မေတ္တာဘာဝနာ အရာ၌မူ ထိုမေတ္တာ စေတသိက်နှင့် ယှဉ်သော စိတ်ကို **မေတ္တာ** ဟု ဆိုရသည်။]

**တဏှာရာဂသည် မေတ္တာမဟုတ်** တစ်စုံတစ်ယောက် အပေါ်၌ ငြိတွယ်လျက် ချစ်ခင်သော စိတ်(တဏှာရာဂ)သည် မေတ္တာ မဟုတ်ပေ။ ငြိတွယ်ခြင်းကင်းလျက် ချမ်းသာစေလိုသော သဘောသက်သက်ဖြင့် ချစ်ခင်သော စိတ် သည်သာ မေတ္တာအစစ် ဖြစ်၏။

ငြိတွယ်လျက် ချစ်သော တဏှာချစ် ရာဂချစ်သည် ပူလောင်၏။

ငြိတွယ်မှုကင်းလျက် ချစ်သော မေတ္တာချစ်သည် အေးမြ၏။

**တဏှာချစ်ကြောင့် ဆင်းရဲရ** မိမိက တဏှာရာဂချစ်ဖြင့် ငြိတွယ်လျက် ချစ်ခင်နေသူ တစ်ယောက် မိမိနှင့် ခွဲခွာ၍ တစ်ရပ်တစ်ကျေး၌ သွားရောက်နေထိုင်သည့် အခါ ထိုသူ ထိုအရပ်၌ မည်မျှပင် ချမ်းချမ်းသာသာ နေရစေကာမူ ထိုသူ့ကို မမြင် မတွေ့ရသဖြင့် မိမိမှာ စိတ်ဆင်းရဲရ၏။ ထို့ကြောင့် **ငြိတွယ်လျက် ချစ်သော တဏှာချစ် ရာဂချစ်သည် ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်း ဖြစ်၏။**

ဤ ငြိတွယ်လျက် ချစ်သော အချစ်မျိုးသည် မိဘနှင့် သားသမီး၊ မောင်နှင့်နှမ၊ ဆွေမျိုး တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး၊ မိတ်ဆွေ

တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တို့၏ အကြား၌ပင် များစွာ ဖြစ်တတ်သေး၏။ ဇနီး ခင်ပွန်းတို့ အကြား၌ကား ပြောဖွယ် မလိုတော့ပေ။

**မေတ္တာကြောင့် ချမ်းသာရ** မိမိက ငြိတွယ်ခြင်း မရှိဘဲ ချမ်းသာစေလိုသော သဘောသက်သက်ဖြင့် ချစ်ခင်နေသူ တစ်ယောက် မိမိနှင့် ခွဲခွာ၍ တစ်ရပ်တစ်ကျေး၌ သွားရောက် နေထိုင်သောအခါ ထိုသူ့မှာ ချမ်းသာနေသည် ဖြစ်စေ၊ ဆင်းရဲနေသည် ဖြစ်စေ ထိုသူ့ကို မမြင်မတွေ့ရသဖြင့် မိမိမှာ မည်သို့မျှ ဆင်းရဲခြင်း မဖြစ်ပေ။

ထိုသူ့ကို အာရုံပြု၍ ထိုသူချမ်းသာစေလိုသော စိတ်ထား မိမိ၏ စိတ်အစဉ်တွင် စိမ့်ဝင်ပျံ့နှံ့နေရကား မိမိမှာ ချမ်းသာမြဲ ချမ်းသာနေ၏။ ထို့ကြောင့် **ငြိတွယ်ခြင်းကင်းလျက် ချစ်ခင်သော မေတ္တာချစ်သည် ချမ်းသာခြင်း၏ အကြောင်း ဖြစ်၏။**

ထိုမျှမက မိမိ မေတ္တာပွါးသည့်အတိုင်း ထိုသူချမ်းသာနေလျှင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ **မုဒိတာ** ပွါးရ၍ မချမ်းသာဘဲ ဆင်းရဲနေလျှင်လည်း ကြင်နာသနား **ကရုဏာ** ပွါးနေရုံမျှသာ ဖြစ်၏။ စိတ်ဆင်းရဲမှုကား မိမိမှာ မဖြစ်ပေ။

**ပွါးသူတို့ ကိုယ်တွေ့** သတ္တဝါ တစ်ဦးတစ်ယောက် အပေါ်၌ ဖြစ်စေ၊ အများစု အပေါ်၌ ဖြစ်စေ၊ သတ္တဝါအားလုံး အပေါ်၌ ဖြစ်စေ၊ မေတ္တာစိတ်ထား အတော်ကြီး ထားနိုင်၍ မိမိ သန္တာန်၌ မေတ္တာစိတ် တဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်သည်အထိ

မေတ္တာပွါးနိုင်လျှင် ပွါးသူ၏ စိတ်သည် တည်ငြိမ်၏။ ကြည်လင်၏။ ငြိမ်းအေး၏။ ချမ်းမြေ့၏။ နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်မှု ပီတိ ပါမောဇ္ဇတို့ စိတ်အစဉ်၌ စိမ့်ဝင်ပျံ့နှံ့နေသဖြင့် မည်သည့် ချမ်းသာနှင့်မျှ မတူသော ချမ်းသာကို ခံစားရ၏။ ရုပ်သွင်လည်း တည်ကြည် ငြိမ်သက် ကြည်လင် ငြိမ်းအေး၏။ ထိုသူ့ကို တွေ့မြင်ရသူ မုန်သမျှ၊ ဆက်ဆံရသူမှန်သမျှ အလိုလို စိတ်ချမ်းသာ၏။ ထိုသူ့ကို မုန်းနေသူများပင် ချစ်ခင်စိတ် ဝင်လာတတ်၏။

ဤသည်တို့မှာ မေတ္တာကို အချိန်ယူ၍ ပွါးများသူတို့ ကိုယ်တွေ့ကြုံရသော မေတ္တာ၏ အကျိုးတရားများ ဖြစ်ကြ၏။

**အပြစ်ရှာသူ** တစ်ချိန်က ရန်ကုန်၌ မေတ္တာ ဘာဝနာပွါးသူ တပည့် အရာရှိ တစ်ဦးသည် ရက်နှစ်ဆယ်ခန့် မေတ္တာ ဘာဝနာကို အားထုတ်မိသောအခါ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌လာသည့် အတိုင်း ကြည်ညိုလေးစားအပ်သူ၊ ချစ်ခင်သူ မိတ်ဆွေနှင့် မချစ်မမုန်း သိကျွမ်းရုံမျှ ဖြစ်သူတို့ကို ကျေပွန်စွာ ပွါးပြီးနောက် ရုံး၌ သူ့ကို အမြဲတစေ အပြစ်မရှိ အပြစ်ရှာနေသော သူ၏ အထက်အရာရှိကို အာရုံထား၍ မေတ္တာပွါးကြည့်၏။ ရှေ့ပုဂ္ဂိုလ်များကို ပွါးသလိုပင် မေတ္တာစိတ် တဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်သည်ကို တွေ့ရ၍ တစ်နေ့လုံး ထို အရာရှိကိုချည်း မေတ္တာပွါး နေ၏။

တစ်လခွဲမျှ မေတ္တာဘာဝနာ အားထုတ်ပြီး၍ အိမ်သို့ ပြန်ရောက်သောအခါ ထို အရာရှိသည် သူ တရားအားထုတ် နေစဉ်အတွင်း သူ့အိမ်သို့ နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မျှ လာရောက်၍ သူ၏

ကျန်းမာကြောင်း စသည်ကို သတင်းမေးကြောင်း သူ့ အစ်ကိုက ပြောပြ၍ သိရ၏။ ရုံးပြန်တက်သောအခါ၌လည်း သူ့အရာရှိ၏ ရှေးကနှင့် လုံးဝမတူ ကြည်ဖြူသော မျက်နှာထားကို တွေ့ရရုံမျှမက အပြစ်ရှာမှု မရှိတော့ဘဲ ရင်းနှီးခင်မင်စွာ ဆက်ဆံသဖြင့် လုပ်ငန်းခွင်တွင် အဆင်ပြေသွားကြောင်း လျှောက်ထားဖူး၏။

**မကောင်းသတင်းလွှင့်သူ** မန္တလေးမှ မေတ္တာဘာဝနာ အားထုတ်သူ တပည့်တစ်ဦးသည်လည်း ဆယ်ရက်ခန့် မေတ္တာပွါးမိသောအခါ သူ့ကို အမြဲလိုလို မကောင်းသတင်း လွှင့်နေသော အမျိုးသမီးတစ်ဦးကို အာရုံပြုလျက် ပွါးကြည့်ရာ အခြားသူများကို ပွါးသလိုပင် မေတ္တာဓာတ် အင်အားကောင်းစွာ ဖြစ်ပွါးသည်ကို တွေ့ရ၏။ ထို့ကြောင့် ထို အမျိုးသမီးကို အကြိမ်များစွာ မကြာခဏ မေတ္တာပွါး၏။

အိမ်သို့ ပြန်ရောက်သောအခါ ထို အမျိုးသမီး မူပြောင်းနေသည်ကို တွေ့ရ၏။ သူ့အိမ်သို့ မကြာခဏ ဝင်ထွက်သွားလာကာ ခင်ခင်မင်မင် ဆက်ဆံရုံမက သူ့အကြောင်း မကောင်းသတင်းလည်း ထို အမျိုးသမီး မလွှင့်တော့ကြောင်း လျှောက်ထားဖူး၏။

**ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်မှ အကျိုးများ** ယောကျ်ားများ၍ မိန်းမနည်းသော အိမ်ကို သူခိုး ဓားပြတို့ ဝင်ရောက် ခိုးယူ လုယက်နိုင်ရန် လွန်စွာ ခဲယဉ်းသကဲ့သို့ မေတ္တာတရားဖြင့် မိမိစိတ်ကို ထုံမွှမ်းထားသူကို ဘီလူး စသူတို့က မနှောင့်ယှက် မဖျက်ဆီးနိုင်ပေ။

ထက်လှသော လှံသွားကို ကိုင်၍ ကွေးခြင်း လိပ်ခြင်းကို ပြုလျှင် ပြုသူသာလျှင် လှံသွားရှ၍ ဆင်းရဲရသကဲ့သို့ မေတ္တာပွါးသူ၏ စိတ်ကို နှောင့်ယှက် ဖျက်ဆီးရန် ဘီလူး စသူတို့ ကြိုးစားလျှင် ထိုဘီလူး စသူတို့သာလျှင် ကိုယ် စိတ် ပင်ပန်း ဆင်းရဲမှုကို ခံစားကြရ၏။ **(နိဒါနဝဂ္ဂသံယုတ်၊ ၄၅၄-၅)**

**သာမာဝတီ၏ မေတ္တာစွမ်း** မာဂဏ္ဍီ၏ အကောက်ကြံမှုကြောင့် မေတ္တာရှင် သာမာဝတီနှင့် သူ၏အဖော် အပျိုတော်ငါးရာ တို့ကို ဥတေနမင်းကြီး အထင်မှား၍ စီတန်း ရပ်စေပြီးလျှင် လေးဖြင့် ပစ်သတ်ရန် ချိန်လိုက်၏။ သာမာဝတီတို့ တစ်သိုက်ကား မေတ္တာပွါးလျက် နေ၏။

မင်းကြီး လေးညှို့ခလုတ်ကို ဖြုတ်လိုက်ရာ မြားသည် သာမာဝတီတို့ဆီသို့ တည့်တည့်ကြီး ဦးတည် ပြေးသွား၏။ သို့သော်လည်း သာမာဝတီ၏ အနီးသို့ရောက်လျှင် သက်ရှိ သတ္တဝါတစ်ဦးကဲ့သို့ ရုတ်ချည်း ပြန်ကွေ့ကာ မင်းကြီး အထံသို့ ပြေးလာပြီးလျှင် မင်းကြီး၏ခြေရင်း၌ အရှိန်ပြင်းစွာ ကျသွား၏။

ထိုအခါ မင်းကြီးသည် "သူတော်ကောင်းရဲ့ ဂုဏ်ကို သက်မဲ့မြားကမှ သိသေးသည်၊ ငါ ရေမြေ့အရှင် ဘုရင်က မသိသား ဆိုးရွားလှချည်လား" ဟု ထိတ်လန့် သံဝေဂရကာ သာမာဝတီကို ရှိခိုး တောင်းပန်လေသည်။

မေတ္တာပွါးခြင်း၏ အကျိုးကား ကြီးမားလှ၏။

## မေတ္တာပွါးခြင်း၏ အကျိုး တစ်ဆယ့်တစ်ပါး

မေတ္တာပွါးသူသည်–

၁။ ချမ်းသာစွာ အိပ်ရခြင်း၊
၂။ ချမ်းသာစွာ နိုးရခြင်း၊
၃။ အိပ်မက်ကောင်း မက်ခြင်း၊
၄။ လူအများ ချစ်ခင်ခြင်း၊
၅။ နတ် ပြဟ္မာစသော တစ်ခြားသတ္တဝါများကလည်း ချစ်ခင်ခြင်း၊
၆။ နတ်တို့ စောင့်ရှောက်ခြင်း၊
၇။ လက်နက်၊ အဆိပ်၊ မီး စသည်တို့ကြောင့် မသေခြင်း၊
၈။ စိတ်တည်ကြည် ငြိမ်သက်ခြင်း၊
၉။ မျက်နှာကြည်လင် ရွှင်ပျခြင်း၊
၁၀။ မတွေမဝေပဲ သတိရှိလျက် သေရခြင်း၊
၁၁။ သေသောအခါ ပြဟ္မာ ဖြစ်ရခြင်း အကျိုးများကို ရ၏။

(အင်္ဂုတ္တရ၊ ကောဒသက၊ ၅၄၁)

### ဆောင်ပုဒ်

**အိပ်လဲချမ်းသာ၊ နိုးချမ်းသာ၊ ကောင်းရာ အိပ်မက်သည်။**
**လူရော နတ်ပါ၊ ချစ်ခင်တာ၊ စောင့်ရာ နတ်တို့သည်။**
**လက်နက် ဆိပ်မီး၊ မဖျက်ဆီး၊ အပြီး စိတ်တည်ကြည်။**
**မျက်နှာကြည်လေ၊ မတွေဝေ၊ အသေ ကောင်းလှသည်။**
**ပြဟ္မာ့ဘုံလား၊ ဆယ့်တစ်ပါး၊ ကျိုးများ မေတ္တာရည်။**

**မေတ္တာပို့** ထို မေတ္တာစိတ်ကို မိမိသန္တာန်၌ အထိုက်အလျောက် ဖြစ်ပွါးရုံမျှ "သတ္တဝါမှန်သမျှ ချမ်းသာကြပါစေ" ဟု မိနစ် အနည်းငယ်မျှ ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်း ပွါးများခြင်းကို မေတ္တာပို့သည်ဟု ခေါ်ကြသည်။

**မေတ္တာဘာဝနာ ပွါးများ** မိမိသန္တာန်၌ သာမန် မေတ္တာစိတ် ဖြစ်ပွါးရုံမျှ မဟုတ်ဘဲ မေတ္တာစိတ်ထား အင်အားကောင်းစွာ တဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်လာကာ တကိုယ်လုံး မေတ္တာစိတ်ဓာတ် ရစ်ပတ်လွှမ်းခြုံလျက် မေတ္တာစိတ်ဖြင့် စိမ့်ဝင်ပျံ့နှံ့အောင် "ချမ်းသာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ" ဟု အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်း ပွါးများခြင်းကို မေတ္တာဘာဝနာ ပွါးသည်ဟု ခေါ်ရသည်။

**ဩဓိမေတ္တာ အနောဓိ မေတ္တာ** ယင်းသို့ မေတ္တာဘာဝနာ ပွါးများအားထုတ်ရာတွင် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတည်းကို ဖြစ်စေ၊ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်စုကို ဖြစ်စေ ပိုင်းခြား ကန့်သတ်၍ ပွါးများလျှင် **ဩဓိမေတ္တာ**ဖြစ်၏။ မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်ဟု မပိုင်းခြား မကန့်သတ်ဘဲ တစ်လောကလုံးရှိ သတ္တဝါအားလုံးကို အာရုံပြု၍ ပွါးများလျှင် **အနောဓိမေတ္တာ** ဖြစ်၏။

**လက်ဦးသိထားနှင့်ရန်** ပုဂ္ဂိုလ် ပိုင်းခြားကန့်သတ်၍ **ဩဓိ** အနေဖြင့် ပွါးများလိုသူသည် ပွါးရမည့်ပုဂ္ဂိုလ် မပွါးရမည့် ပုဂ္ဂိုလ် တို့ကို ရှေးဦးစွာ သိထားဖို့ လိုပေသည်။

၁။ မိမိ မချစ်ခင်သော မုန်းသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို အစဆုံး မေတ္တာ မပွါးရ။ မုန်းသူကို အစဆုံး မေတ္တာပွါးလျှင် မေတ္တာစိတ် မဖြစ်ပေါ်နိုင်ပေ။

၂။ အလွန်ချစ်ခင်သူကိုလည်း အစဆုံး မေတ္တာမပွါးရ။ အလွန် ချစ်ခင်သူကို အာရုံပြု၍ အစဆုံး မေတ္တာပွါးလျှင် ထိုသူ၏ အနည်းငယ်မျှသော ဆင်းရဲဒုက္ခကိုပင် တွေးဆင်ခြင် မိက ငိုမိမလောက် စိတ်ဆင်းရဲရသဖြင့် မေတ္တာစိတ် မဖြစ်ပေါ်နိုင်ပေ။

၃။ မချစ်မမုန်း သိကျွမ်းရုံမျှသာ ဖြစ်သော အလယ်အလတ် ပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်း အစဦး မပွါးရ။ မချစ်မမုန်း ပုဂ္ဂိုလ်ကို ချစ်ခင်သူအဖြစ်ထား၍ ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းလျှင် ပင်ပန်း၏။

၄။ ရန်သူကိုလည်း အစဆုံး မပွါးရ။ ရန်သူကို အစဆုံး ပွါးလျှင် မေတ္တာစိတ် မဖြစ်ပေါ်ဘဲ ဒေါသစိတ် ဖြစ်လာတတ်၏။

၅။ အမျိုးသမီးက အမျိုးသားကို၊ အမျိုးသားက အမျိုးသမီးကို ညွှန်မိမေတ္တာ အနေဖြင့် ပိုင်းခြား ကန့်သတ်၍ မပွါးရ၊ ပွါးလျှင် ရာဂ ဖြစ်တတ်သည်ဟု ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ၌ ဆို၏။

ဤအဆိုကို မေတ္တာဘာဝနာပွါးမှု အသားမကျသေး မနိုင်နင်းသေးမီ အခြေအနေကို ရည်ရွယ်၍ ဆိုသည်ဟု မှတ်ယူသင့်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လက်တွေ့ မေတ္တာဘာဝနာ အားထုတ်သူများသည် နိုင်နင်းကျေပွန်စွာ ပွါးမိသောအခါ ဝိသဘာဂ အာရုံကိုလည်း အခက်အခဲမရှိဘဲ မေတ္တာစိတ်ဖြစ်အောင် ပွါးများ၍ ရကြသောကြောင့်ပင်။

၆။ သေသူကို မေတ္တာပွါးလျှင် ဥပစာရ သမာဓိကိုလည်း မဖြစ်စေနိုင်၊အပ္ပနာ သမာဓိကိုလည်း မဖြစ်စေနိုင်ပေ။ ထို့ကြောင့် သေသူကို မပွါးအပ်သည်သာတည်း။

(ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၁၊ ၂၈၇-၂၈၈)

## ဆောင်ပုဒ်

**မုန်းသူစင်စစ်၊ အလွန်ချစ်၊ မချစ် မမုန်းသူ။**
**ရန်သူထည့်ကာ၊ လေးယောက်မှာ၊ စစွာ မပွါးဟူ။**
**လိင်မတူကား၊ သီးပိုင်းခြား၊ မပွါးရသသူ။**
**သေသူမုန်က၊ ဘယ်တော့မှ၊ ပွါးရ မဖြစ်ဟူ။**

**ပရိကံ** မေတ္တာဘာဝနာနှင့် ပတ်သက်၍ သိသင့် သိထိုက်သည်များကို လေ့လာ နားလည်ပြီးသော မေတ္တာဘာဝနာ အားထုတ်သူသည် မိမိ မေတ္တာပွါးမည့် အချိန်ပိုင်းအတွင်း၌ ကြောင့်ကြ ပလိဗောဓများ ကင်းရှင်းအောင် စီမံထားပြီးနောက် မိမိကိုယ်ကို သန့်ရှင်း စင်ကြယ်အောင် ရေမိုးချိုး ဆေးကြော သန့်စင်ပြီးလျှင် တိတ်ဆိတ်သော အချိန်တွင် တိတ်ဆိတ်သော နေရာ၌ စိတ်ရော ကိုယ်ပါ လျှော့ချလျက် ပျော့ပျောင်း သက်သာစွာ ထိုင်ရမည်။ ထို့နောက် ရတနာ သုံးပါး၊ ဆရာသမား မိဘတို့ကို ရှိခိုးကန်တော့ရမည်။

**ပွါးပုံအစဉ်** မေတ္တာပွါးရန် အဆင်သင့် ဖြစ်သောအခါ
**ပထမ** မြတ်နိုးကြည်ညို ရိုသေလေးစားအပ်သူ၊
**ဒုတိယ** ချစ်ခင်သော မိတ်ဆွေ၊
**တတိယ** မချစ် မမုန်း သိကျွမ်းရုံမျှ ဖြစ်သူ၊
**စတုတ္ထ** မုန်းသူ

**ပဉ္စမ** ရန်သူတို့အပေါ်၌ မေတ္တာစိတ်ထား တဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်လာသည်အထိ ကျေပွန်အောင် အစဉ်အတိုင်း အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်ပွါးများပြီးမှ နောက်ပုဂ္ဂိုလ်ကို အစဉ်အတိုင်း ပွါးရသည်။

**မိမိကိုယ်ကို သက်သေထားပါ** ဖော်ပြပါအတိုင်း မေတ္တာပွါးမည့်သူသည် ပထမဆုံး "ငါ ချမ်းသာရပါလို၏။ ငါဆင်းရဲကင်းရပါလို၏"ဟု မိမိကိုယ်ကို သက်သေအဖြစ် ထားရန် ရှေးဦးစွာ နှစ်မိနစ် သုံးမိနစ်ခန့် ပွါးရမည်။ ထိုသို့ ပွါးခြင်းဖြင့် "မိမိ ချမ်းသာချင်သလို အခြားသတ္တဝါများလည်း ချမ်းသာလိုကြသည်။ မိမိ ဆင်းရဲကင်းချင်သလို အခြားသတ္တဝါများလည်း ဆင်းရဲကင်းလိုကြသည်" ဟု ကိုယ်ချင်းစာကာ အခြား သတ္တဝါများ၏ အကျိုးစီးပွါးကို လိုလားသော မေတ္တာစိတ်ထား ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပေသည်။

**ပွါးပုံ** ယင်းသို့ပွါးပြီးမှ ပထမဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သော မြတ်နိုးကြည်ညို ရိုသေ လေးစားအပ်သော ဆရာသမား၊ ဆရာသမားနှင့် အလားတူပုဂ္ဂိုလ်၊ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ၊ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာနှင့် အလားတူသော ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ဦးဦးကို အာရုံပြု၍ ထိုသူ့ထံသို့

စိတ်ညွတ်ထားပြီးလျှင် အမည်ကို ဖော်လျက် "ဦးနာဂ ချမ်းသာပါစေ" ဟု ဖြစ်စေ၊ "ဦးနာဂ ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းပါစေ"ဟု ဖြစ်စေ ထိုသူ၏ ချမ်းသာရေး ဆင်းရဲကင်းရေးကို လိုလားသည့် မေတ္တာစိတ်ထား မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွါးလာအောင် ဆင်ခြင် ပွါးများရမည်။

ထိုသို့ မေတ္တာပွါးသည့်အခါ အပွါးခံပုဂ္ဂိုလ်ထံသို့ စိတ်ညွတ်လျက် အာရုံပြုရမည်။ ထိုသူ၏ ပုံသဏ္ဌာန်ကို စိတ်ထဲမှာ မြင်လာအောင် စိတ်ကူး ပုံဖော်ဖို့မလို။ စိတ်ထဲ၌ ပုံပေါ်အောင် ကြိုးစားလျှင် စိတ်ပင်ပန်း၍ မေတ္တာစိတ် ဖြစ်နိုင်ခဲ၏။ မေတ္တာပွါး၍ အသားကျလာသော အခါ သူ့အလိုအလျောက် ကြည်လင်ပြတ်သားစွာ အပွါးခံပုဂ္ဂိုလ်၏ ရုပ်ပုံ ပေါ်လာတတ်သည်။ ထိုအခါ၌ ပွါး၍ ပိုကောင်းလာသည်။ သို့သော် မိမိကမူ ရုပ်ပုံကို စိတ်ထဲတွင် မြင်အောင် မကြိုးစားရ။

ယင်းသို့ ပွါးရာ၌ ထို ပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်ထားကောင်းခြင်း၊ နှုတ်ပြောချိုသာခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို ကူညီတတ်ခြင်း၊ အများ အကျိုးဆောင်ခြင်း၊ ပေးကမ်း လှူဒါန်းတတ်ခြင်း၊ ကိုယ်ကျင့် တရားကောင်းခြင်း စသောကောင်းဂုဏ်တို့ကို ဆင်ခြင် အောက်မေ့၍ ပွါးရမည်။

ထိုသို့ ပွါးဖန်များလာ၍ အပွါးခံ ပုဂ္ဂိုလ်ကို သေချာစွာ အာရုံပြုလာနိုင်သောအခါ နာမည်ကို မဖော်တော့ဘဲ "ချမ်းသာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ" "ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်ပါစေ" စသည်ဖြင့် လွယ်ကူသလို ပွါးရမည်။ "ဘေးကင်းပါစေ၊ ရန်ကင်းပါစေ၊ အစစ အရာရာ အဆင်ပြေပါစေ" စသော စကားများဖြင့်လည်း ပွါးများနိုင်သည်။ ပွါးစတွင် နှုတ်ကပါ ရွတ်ဆိုဖို့ လိုကောင်းလိုပေမည်။ ပွါးမှု အသားကျလာသောအခါ စိတ်ဖြင့်သာ ဆင်ခြင် ပွါးများရမည်။

**တိုးတက်မှု** ဤ ပထမပုဂ္ဂိုလ်ကို အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ပွါးခြင်းဖြင့် သမာဓိ ရလာ၍ ကြည်လင်မှု၊ ငြိမ်သက်မှု၊ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်မှု၊ ငြိမ်းအေးမှု၊ ချမ်းသာမှု၊ ကိုယ်စိတ်နူးညံ့မှု စသည်တို့ကို ခံစားလာရသောအခါ အလားတူ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို တစ်ဦးပြီးတစ်ဦး ပြောင်း၍ ပွါးရမည်။ ဤသို့ဖြင့် မေတ္တာစျာန်သမာဓိကို ရလာနိုင်၏။

ထို ပထမ ပုဂ္ဂိုလ် အမျိုးအစားကို အနည်းဆုံး ၅ ယောက်ခန့် ကျေပွန် နိုင်နင်းအောင် ပွါးများပြီးမှ ဒုတိယ၊ တတိယ၊ စတုတ္ထ ပုဂ္ဂိုလ် အမျိုးအစားတို့ကို အစဉ်အတိုင်း ဆက်လက်၍ ပွါးရမည်။

## ဩဝိမေတ္တာပွါးပုံအစဉ်

**မိမိကိုယ်အား၊ သက်သေထား၊ ပွါးများရှေးဦးစွာ။**
**ကြည်ညိုလေးမြတ်၊ ချစ်ခင်အပ်၊ ပွါးလတ်ပထမာ။**
**အလွန်ချစ်အပ်၊ ခင်မင်အပ်၊ ပွါးလတ်ဒုတိယာ။**
**မုန်းချစ်မဟူ၊ လယ်လျစ်လျူ၊ ပွါးမူတတိယာ။**
**မုန်းသူရှိက၊ စတုတ္ထ၊ ပွါးရအေးမေတ္တာ။**
**ရန်သူကိုကား၊ နောက်ဆုံးထား၊ ရှုပွါးရမည်သာ။**

## ဩဝိမေတ္တာ၌ သတိပြုစရာများ

**မုန်းသူစင်စစ်၊ အလွန်ချစ်၊ မချစ်မမုန်းသူ။**
**ရန်သူထည့်ကာ၊ လေးယောက်မှာ၊ စစွာမပွါးဟူ။**
**လိင်မတူကား၊ သီးပိုင်းခြား၊ မပွါးရသသူ။**
**သေသူမုန်က၊ ဘယ်တော့မှ၊ ပွါးရမဖြစ်ဟူ။**

**ဩဓိမှ အနောဓိသို့** ထို့နောက်မှ ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာ၊ မြို့နယ်၊ တိုင်း၊ နိုင်ငံ ပိုင်းခြား ကန့်သတ်လျက် တဖြည်းဖြည်း အပွါးခံ နယ်ပယ်ကို ချဲ့၍ချဲ့၍ ပွါးသင့်သည်။ ထို့နောက်မှ တိုက်ကြီး တစ်တိုက်လုံး၊ တစ်ကမ္ဘာလုံး၊ တစ်စကြာဝဠာလုံး၊ တစ်လောကလုံး စသည်ဖြင့် တိုးချဲ့ပွါးများလျှင် အပိုင်းအခြားရှိသော **ဩဓိ**မေတ္တာမှ အပိုင်းအခြား မရှိသော **အနောဓိ** မေတ္တာသို့ ပြောင်းလဲပွါးများပြီး ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ပါဠိတော်နည်းအတိုင်း အရပ် ဆယ်မျက်နှာကို တစ်မျက်နှာစီ ပိုင်းခြား ကန့်သတ်၍ ဒိသာဖရဏ မေတ္တာ အဖြစ် ပွါးများပြီးမှ တစ်လောကလုံးကို ပွါးများလျှင်လည်း ပို၍ သင့်လျော်ဖွယ် ရှိပါသည်။

**ငါးရာ့နှစ်ဆယ့်ရှစ်သွယ်မေတ္တာ** ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ပါဠိတော်လာ ငါးရာ့နှစ်ဆယ့်ရှစ်သွယ် မေတ္တာပွါးနည်းသည် အပ္ပနာသမာဓိ ရပြီးသူအားသာ ပြည့်စုံနိုင်သည်ဟု ကျမ်းဂန်(ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၁၊ ၃၀၂) အဆိုရှိ၏။ သို့သော်လည်း ဤကျမ်းငယ်၏ အဆုံး၌မူ ယင်းပွါးနည်းကို မေတ္တာပို့အဖြစ်ဖြင့် ကုသိုလ် ပွါးနိုင်ကြစေရန် ဖော်ပြပါဦးမည်။

**အခန်း (၁၅)**

# ပညာ

ဤ အခန်း၌ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ဟူသော အကျင့် သုံးဖြာ သာသနာ သုံးရပ်ထဲမှ ပညာအကြောင်း အနည်းငယ် ဖော်ပြလိုပါသည်။

**ပညာနှစ်မျိုး** အဆိုပါ ပညာသည် (၁) ဝိပဿနာပညာ၊ (၂) မဂ်ဖိုလ်ပညာ ဟု နှစ်ပါးရှိ၏။ ရုပ် နာမ် နှစ်ပါး၏ သဘောအမှန်ကို သိသော ပညာသည် **ဝိပဿနာပညာ**။ အရိယသစ္စာ လေးပါးကို သိသော ပညာသည် **မဂ် ဖိုလ် ပညာ** ဖြစ်၏။

အဆိုပါ ပညာ နှစ်ပါးကို ရရန် ပညာအကျင့်ဖြစ်သော ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွါးများ အားထုတ်ရသည်။

**သမထပုဗ္ဗင်္ဂမဝိပဿနာ** **သုဒ္ဓဝိပဿနာ** ယင်းသို့ အားထုတ်ရာတွင် သမာဓိ အခန်း၌ ဖော်ပြခဲ့သော သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း တစ်ခုခုကို အားထုတ်ပြီးမှ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်သော **သမထပုဗ္ဗင်္ဂမ ဝိပဿနာနည်း၊** သမထကို အားထုတ်မနေတော့ဘဲ ဝိပဿနာသက်သက်ကိုသာ အားထုတ်သော **သုဒ္ဓဝိပဿနာနည်း** ဟု နှစ်နည်းရှိ၏။

ဤ၌ ရက်တိုရက်ရှည် ယောဂီနှစ်မျိုးလုံးအတွက် သင့်လျော်သော သုဒ္ဓဝိပဿနာနည်းကို အကျဉ်းမျှ ဖော်ပြပါမည်။

**ဝိပဿနာဆိုတာ** ဝိပဿနာ ဆိုသည်မှာ ရုပ်နှင့် နာမ် တို့၌ ရှိသော **အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ** သဘောတို့ကို ရှုသိသော ဉာဏ်ပင် ဖြစ်သည်။

ဖြစ်ပြီးလျှင် ပျက်စီးသွားတတ်သောကြောင့် မတည်မြဲသော သဘောသည် **အနိစ္စ**။

ဖြစ်မှုပျက်မှုတို့က မပြတ် နှိပ်စက်နေသော သဘောသည် **ဒုက္ခ**။

အလိုအတိုင်း မဖြစ်သော သဘော၊ အစိုးမရသော သဘော၊ တည်မြဲသော ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အတ္တ အသက် ဝိညာဉ် မဟုတ်သော သဘော၊ မရှိသောသဘောသည် **အနတ္တ**။

**သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ** ရုပ် နာမ် တို့၌ အမှန်တကယ်ရှိနေသော ဤ သဘောသုံးခုကို သဘာဝအမှန် အတိုင်းသိအောင် ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ရှိနေသည့်အတိုင်း၊ ဖြစ်နေသည့်အတိုင်း သတိ ဦးစီးသော စိတ်ဖြင့် စောင့်ရှုရသည်။ ယင်းသို့ ရှုခြင်းကိုပင် သတိပဋ္ဌာန် အားထုတ်သည်၊ ဝိပဿနာ အားထုတ်သည်ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြသည်။

**မရွေးချယ်ရ** ယင်းသို့ ရှုရာတွင် မည်သည့်ရုပ် မည်သည့်နာမ် ကိုမှ ရှုမည်ဟု ရွေးချယ်မနေရ။ ယခုအချိန် ယခုခဏ ယခု အခိုက်အတန့်၌ လောလောဆယ် ထင်ရှားစွာ ဖြစ်ပေါ်နေသော ရုပ်နာမ်ကိုသာ သတိဖြင့် ရှုးစိုက် ရှုရသည်။ ထို့ကြောင့် ယောဂီ၏ ခန္ဓာကိုယ်ဟု ခေါ်သည့် ရုပ်နှင့် စိတ်ဟု ခေါ်သည့် နာမ်တွင် ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်ပေါ်နေသည့် သဘောမှန်သမျှကို သတိဖြင့် မလွတ်တမ်း စောင့်ရှုရသည်။

**ထိုင်ပုံ** သို့သော်လည်း စနစ်တကျ ရှုတတ်စေရန် ရှုခါစ၌ ကိုယ် လက် အင်္ဂါ အနေအထားမှန်ဖို့ အရေးကြီးသည်။ ထိုင်သောအခါ ခြေသလုံးနှစ်ဘက် ထပ်မထားဘဲ ညာဘက် ခြေသလုံးက အတွင်း၊ ဘယ်ဘက်ခြေသလုံးက အပြင် အနေအထားဖြင့် အတွင်း အပြင် ယှဉ်လျက် ချထားရမည်။ ခါးကို ဖြောင့်မတ်စွာ ထားရမည်။ ရှေ့ကုန်း နောက်ကော့ မဖြစ်စေရ။

လည်ပင်းနှင့်ခေါင်းကိုလည်း ခန္ဓာကိုယ်နှင့် တတန်းတည်း တဖြောင့်တည်း တည်နေအောင် မတ်မတ် ရှိစေရမည်။ လက်ကို

ရင်ခွင်ထက်တွင် ဘယ်လက်က အောက်၊ ညာဘက်လက်က အထက် အနေအထားဖြင့် လက်ဖဝါးများကို ပက်လက်လှန်လျက် လက်ချင်း ထပ်ထားရမည်။ ဒူး နှစ်ဘက်ပေါ်တွင် လက်နှစ်ဘက်ကို ပက်လက်လှန်လျက် တင်ထားလိုကလည်း တင်ထားနိုင်သည်။

**မျက်စိ** မျက်စိကို မှိတ်၍ စိတ်ကို ချက်တစ်ဝိုက် ဝမ်းဗိုက်သို့ ရှေးရှုထားရမည်။ ထိုင်နေသည့် အချိန်အတွင်း မျက်စိကို တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ မဖွင့်ရ၊ ထိုင်ရာမှ ထသောအခါမှသာ မျက်စိကို ဖွင့်ရမည်။

**ကိုယ်ရောစိတ်ပါ လျော့လျော့ကလေး** ကိုယ်ကိုရော စိတ်ကိုပါ တောင့်တောင့်တင်းတင်း ဖြစ်မနေပါစေနှင့်။ အလိုက်သင့်ကလေး ပြေပြေ လျော့လျော့ ပျော့ပျော့ပျောင်းပျောင်း ကလေး ထားပါ။

**စရှုပုံ** နေသားတကျ ထိုင်ပြီးသောအခါ ဝမ်းဗိုက်လှုပ်ရှားမှု ဝါယော ရုပ်က စ၍ ရှုပါ။ ဝမ်းဗိုက်က ဖောင်းကြွလာလျှင် "ဖောင်းတယ်" လို့ ရှုပါ။ ပိန်သွားလျှင် "ပိန်တယ်" လို့ ရှုပါ။

[ရှုမှတ်ပုံကို ပို၍ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း နားလည်စေရန် အရပ်သုံး ပြောစကားဖြင့် ရေးပါမည်။ သတိပဋ္ဌာနသုတ် ဒေသနာတော်နှင့်အညီ ကျေးဇူးတော်ရှင် **မင်းကွန်းဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီး**၏ ပဋိပတ် တပည့်ကြီးဖြစ်သည့် ကျေးဇူးတော်ရှင် **မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီး** ညွှန်ပြသည့် နည်းနာ နိဿယ အတိုင်းရေးပါမည်။]

ဝမ်းဗိုက်အတွင်းမှ လေ ရှေ့ဘက်သို့ ရွေ့ရှားတွန်းကန်မှုကို "ဖောင်းတယ်" လို့ သေသေချာချာ သိအောင်ရှုပါ။ နောက်ဘက်သို့ ရွေ့ရှားတွန်းကန်မှုကို "ပိန်တယ်" လို့ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုပါ။

**ဝါယောဓာတ်** ဝမ်းဗိုက်ထဲက လေရဲ့ ရွေ့ရှားမှု တွန်းကန်မှု ဟာ ဓာတုမနသိကာရ ပိုင်းမှာ လာတဲ့ ဝါယောဓာတ်ပါပဲ။ **ပဋ္ဌာသာတိ** မင်းကြီးအား မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူတဲ့ ဝါယောဓာတ် ခြောက်မျိုးထဲက **ကုစ္ဆိသယဝါယော**=ဝမ်းတွင်းရှိလေဓာတ်ပါပဲ။ ဝါယောဓာတ်ကို ရှုတာ ဖြစ်လို့ နာမည်တပ်ချင်ရင် **ဓာတုမနသိကာရကမ္မဋ္ဌာန်း** လို့လဲ နာမည် တပ်နိုင်ပါတယ်။

**စကားလုံးကိုမရှုနှင့် သဘာဝကိုရှု** ဒီနေရာမှာ 'ဖေါင်းတယ် ပိန်တယ်'ဆိုတဲ့ စကားလုံးပညတ်၊ ဝေါဟာရ ပညတ်ကို ရှုရမှာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ အထူး သတိပြုရပါမယ်။ 'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်'ဆိုတဲ့ စကားဟာ ရုပ်လဲ မဟုတ်၊ နာမ်လဲမဟုတ်ပါဘူး၊ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာရှုရမည့် တရား မဟုတ်ပါဘူး။ သူဟာ ပညတ်ပါ။ တွန်းကန် ရွေ့ရှား သဘောကို မှတ်သားထားတဲ့ စကားလုံး ဝေါဟာရပညတ်၊ သင်္ကေတပညတ်၊ နာမပညတ်မျှပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဒီစကားလုံး ပညတ်ကို ရှုလို့ မရပါဘူး။ မြတ်စွာဘုရားကလဲ 'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်'ဆိုတဲ့ စကားလုံးကိုဖြစ်စေ၊ 'ဝါယော' ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ဖြစ်စေ ရှုဖို့ ညွှန်ကြားတော် မမူခဲ့ပါဘူး။

အဲဒီ 'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးနဲ့ ခေါ်ဝေါ် မှတ်သားထားတဲ့ တွန်းကန်ရွေ့ရှားသဘော ပရမတ် ဝါယောကိုသာ ရှုသိနေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားကလဲ ပရမတ္ထသဘာဝကို ရှုသိဖို့ပဲ မိန့်တော်မူပါတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်အဆို စကားလုံးပေါ်မှာ ရှုစိတ်ကို တင်မနေစေဘဲ တွန်းကန် ရွေ့ရှားတဲ့ သဘာဝကို ထိထိမိမိ သိအောင် ရှုဖို့ လိုပါတယ်။

အားထုတ်ခါစမှာ ရှုစိတ် အရှုခံသဘာဝပေါ် တိတိကျကျ ရောက်အောင် စကားလုံးက အကူအညီ ပေးရုံမျှပါပဲ။ တရား ရင့်လာလို့ စကားလုံး မပါဘဲနဲ့ အရှုခံသဘာဝကို ရှုစိတ်က သေသေချာချာ ရှုသိနိုင်လာရင် 'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်' အစရှိတဲ့ စိတ်အဆို စကားလုံးတွေ မလိုအပ်တော့ပါဘူး၊ အရှုခံ အာရုံကို ရှုစိတ်နဲ့ သိရုံမျှနဲ့ ကိစ္စပြီးပါပြီ။ တရား တကယ်ရင့်လာ ကောင်းလာ တော့ စိတ်အဆိုတွေ ပါနေရင် ရှုသိရတာ ချောချောမောမော မရှိဘဲ ကြားထဲက ခုခုနေသလိုတောင် ဖြစ်တတ်ပါသေးတယ်။

**ခွဲခွဲခြားခြား သိပါစေ** 'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်'ဆိုတာက စိတ်အဆို စကားလုံး **ပညတ်၊ ဝေါဟာရပညတ်၊ သဏ္ဌာန်တ ပညတ်၊ တဇ္ဇာပညတ်**။ တွန်းကန် ရွေ့လျားသဘော သာလျှင် ရှုသိရမည့် ပရမတ္ထသဘာဝလို့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ခွဲခွဲခြားခြား သိဖို့လိုပါတယ်။ အဲဒီလို ခွဲခြားမသိရင် စကားလုံးပညတ်နဲ့ ပရမတ္ထသဘာဝ ရောသွားပြီး ဖောင်းတာ ပိန်တာရှုဖို့ ဘုရားဟော မရှိပါဘူးလို့ အယူအဆ တိမ်းယိမ်းသွားတတ်ပါတယ်။

မှန်ပါတယ် 'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်'ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ဖြစ်စေ၊ အာနာပါန ရှုမှတ်ရာမှာ 'ထွက်လေ' 'ဝင်လေ' ဆိုတဲ့ စကားလုံးကိုဖြစ်စေ၊ 'ဝင်တယ်' 'ထွက်တယ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ဖြစ်စေ ရှုမှတ်ဖို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မမူခဲ့ပါဘူး။ အဲဒီ ဝေါဟာရ စကားလုံးတွေနဲ့ ခေါ်ဝေါ် မှတ်သားရတဲ့ **တောင့်တင်း တွန်းကန် လှုပ်ရှား သဘာဝကိုသာ** ရှုဖို့ ဟောတော်မူခဲ့ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ရှုသူတွေကလဲ ရှုစိတ် အရှုခံသဘာဝပေါ် သေသေချာချာ ရောက်အောင် 'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်'လို့ အကူအညီ ရရုံမျှ စိတ်က ဆိုသော်လဲပဲ ရှုတာကတော့ တောင့်တင်း တွန်းကန် လှုပ်ရှားသဘော ပရမတ်ဝါယောကိုသာ ရှုတာပါပဲ။ ဒါကို ခွဲခွဲခြားခြား သိဖို့ လိုပါတယ်။

**စိတ်ပျံ့လွင့်ရင်** ဖောင်းတာ ပိန်တာ ရှုစမှာ စိတ်ဟာ မကြာခဏ ပျံ့လွင့်တတ်ပါတယ်။ တစ်ခြား အာရုံတွေဆီ ရောက်သွားပြီး အဲဒီ အာရုံတွေကို ကြံစည်နေ၊ စဉ်းစားနေ၊ တွေးနေ၊ စိတ်ကူး နေတတ်ပါတယ်။ လက်ဦးတော့ အဲဒီ စိတ် ပျံ့လွင့်တာကို ယောဂီက မသိသေးပါဘူး။ ရှုဆဲ အာရုံကို ရှုနေတယ်လို့ပဲ ထင်နေတတ်ပါတယ်။ တော်တော်ကြာမှ သို့မဟုတ် ခဏကြာမှ စိတ်ပျံ့လွင့်နေမှန်း သိလာတတ်ပါတယ်။ ဘယ်အခါမှပဲ သိသိ၊ သိတဲ့အခါမှာ "ပျံ့တယ်" "လွင့်တယ်" "ကြံစည်တယ်" "စဉ်းစားတယ်" "တွေးတယ်" "စိတ်ကူးတယ်" စသည်ဖြင့် အဲဒီ စိတ်ကိုပဲ တိတိကျကျ တင်းတင်းရင်းရင်း ထပ်ခါထပ်ခါ ရှုရပါမယ်။ ဘယ်လောက်ကြာအောင် ရှုရမည်လဲဆိုရင် အဲဒီ ပျံ့လွင့်စိတ် ပျောက်သွားသည်အထိ ရှုပါ။ ပျောက်သွားရင် မူလ အာရုံဖြစ်တဲ့ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ပြန်ပြီး ရှုပါ။

**စိတ်ကို ပြန်မဆွဲနှင့်** သမထကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ရာမှာတော့ စိတ်ပျံ့လွင့်နေရင် ပျံ့လွင့်တဲ့ စိတ်ကို မူလအာရုံဆီ ပြန်ဆွဲပြီး တင်ပေးရပါတယ်။ ဝိပဿနာမှာတော့ ဒီလို မလုပ်ရပါဘူး။ စိတ်ကို မူလ အာရုံဆီ ပြန်မဆွဲရပါဘူး။ ပျံ့လွင့်တဲ့ စိတ်ကိုပဲ အရှိအတိုင်း သိအောင် ရှုရပါတယ်။ ဒီလို ရှုတာကတော့ ဝိပဿနာရဲ့ အခြေခံ သဘောအတိုင်း ပျံ့လွင့်စိတ် ဆိုတဲ့ နာမ်တရားရဲ့ သဘောအမှန်ကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရအောင် ရှုရတာပါပဲ။

ပျံ့လွင့်စိတ်ကိုသာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဘာ စိတ်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ စိတ်တွေကို ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး အားလုံး ရှုသိနေရမှာချည်းပါပဲ။ ဒေါသစိတ် ဖြစ်ရင်လဲ "စိတ်ဆိုးတယ်" "ဒေါသ ဖြစ်တယ်" စသဖြင့် ရှုရပါတယ်။ စိတ်ဆင်းရဲရင်လဲ "စိတ်ဆင်းရဲတယ်"လို့ ရှုပါ။ ဝမ်းနည်းရင် "ဝမ်းနည်းတယ်" ဝမ်းသာရင်လဲ "ဝမ်းသာတယ်" လို့ ရှုပါ။ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုလို့ ရှုစိတ်က အားကောင်းလာရင် အရှုခံစိတ်တွေ ဆက်မဖြစ်တော့ဘဲနှင့် ရပ်သွား ပျောက်သွားပါတယ်။ အဲဒီလို ရပ်သွား ပျောက်သွားရင် မူလ အာရုံ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ပြန်ရှုရပါတယ်။

**မူလ အာရုံကို တွယ်ကပ်မနေပါနှင့်** တစ်ခု သတိထားဖို့က ဒီလို ပျံ့လွင့်စိတ်၊ စိတ်ဆိုးစိတ် စသည်တွေ ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်နေတာကို သိပါလျက်နှင့် စိတ်ငြိမ်အောင် ရည်ရွယ်ချက်နှင့် ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို အတင်း တွယ်ကပ်ပြီး ရှုမှတ်မနေရပါဘူး။ အဲဒီလို လုပ်ရင် မှားပါတယ်။ စိတ် သဘာ

ပိုထင်ရှားတဲ့ အာရုံဆီကို သွားတတ် သိတတ်တာဖြစ်လို့ ဘယ်လိုပဲ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ကပ်ရှုနေနေ အဲဒီ အခိုက်အတန့်မှာ ပိုထင်ရှားတဲ့ အပြင်အာရုံကိုပဲ သွားသိနေတတ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ဝိပဿနာဆိုတာ ပိုထင်ရှားတဲ့ ဖြစ်ပေါ်နေဆဲရုပ်နာမ်ကို ရှုရပါတယ်။ ဒါကြောင့် မူလ အာရုံကို တွယ်ကပ်မထားဘဲ ဖြစ်ပေါ်နေဆဲဖြစ်တဲ့ ပျံ့လွင့်စိတ် စသည်ကိုသာ စူးစိုက် ရှုရပါမယ်။

ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ရှုဆဲမှာ အသံကြားတာ ထင်ရှားရင် "ကြားတယ်" လို့ အကြိမ်ကြိမ်ရှုပါ။ အနံ့နံရင် မွှေးရင် "နံတယ်" "မွှေးတယ်" လို့ရှုပါ။ ပျောက်သွားရင် မူလ အာရုံကို ပြန်ရှုပါ။

**ဒုက္ခဝေဒနာ** ထိုင်ပြီး ရှုမှတ်တာ ကြာလာလို့ ညောင်းမှု၊ ကျဉ်မှု၊ ထုံမှု၊ နာမှု၊ ကိုက်ခဲမှု စတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်လာရင် မူလ ရှုမြဲ အာရုံကို လွှတ်ပြီး "ညောင်းတယ်" "ကျဉ်တယ်" "ထုံတယ်" "နာတယ်" စသဖြင့် အဲဒီဝေဒနာ ရှိနေသမျှ ထပ်ခါထပ်ခါ ရှုပါ။ ဝေဒနာ ပြင်းထန်လာရင်လဲ သည်းခံပြီး ရှုနိုင်သမျှ ရှုပါ။ ဒီလို ရှုတာဟာ ခံစားမှု=**ဝေဒနက္ခန္ဓာ**ရဲ့ သဘောကို သဘာဝအတိုင်း သိရအောင် ရှုနေခြင်း ပါပဲ။ **ဒုက္ခဝေဒနာ ပျောက်သွား ပြေသွားအောင် ရှုရတာ မဟုတ်ပါဘူး**။ သို့သော်လဲပဲ ရှုပါများလို့ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ အားကောင်းလာတဲ့အခါမှာ ဝေဒနာဟာ လျော့ရင်လဲ သွားတတ်ပါတယ်။ ဆက်မဖြစ်တော့ပဲ အဖြစ်ရပ်ပြီး ပျောက်ရင်လဲ ပျောက်သွားတတ်ပါတယ်။ ဒီလို ရှုတာဟာ "ဒုက္ခံ ဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီတိ ပဇာနာတိ" ဆိုတဲ့ **ဝေဒနာနုပဿနာ** တရားတော်အတိုင်း ရှုခြင်းပါပဲ။

**နိဗ္ဗာန်တံခါးသော့** ဝေဒနာကို သည်းခံနိုင်သမျှ သည်းခံပြီး ဖွဲ့စိတ်နှင့် ရှုသင့်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် **ဝေဒနာဟာ နိဗ္ဗာန်တံခါးကို ဖွင့်တဲ့သော့** ဖြစ်လို့ပါပဲ။ ဝေဒနာကို ရှုလို့ ဝေဒနာရဲ့ ဖြစ်မှု ပျက်မှု **အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ** သဘောကို သိမြင်ရင် နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်နိုင်ပါတယ်။ သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ ရောဂါဝေဒနာ အနှိပ်စက်ခံရတဲ့ မထေရ်တစ်ပါးဟာ အဲဒီရောဂါဝေဒနာကို ရှုတာနှင့် ကိလေသာခပ်သိမ်း ငြိမ်းပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားကြောင်းကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ(**ပ–တွဲ၊ ၄၆**) **မှာ** ဖော်ပြထားပါတယ်။

**သည်းမခံနိုင်တော့လျှင်** ဒုက္ခဝေဒနာဟာ ပိုမို ပြင်းထန်လာလို့ သည်းမခံနိုင်တော့တဲ့ အခြေအနေ ရောက်လာရင် မိနစ်သုံးဆယ်ထက် မနည်း မပြင်ဘဲ ထိုင်နိုင်သူများဟာ ပြင်ပြီး မထိုင်ပါနှင့်၊ ထပြီး စင်္ကြံလျှောက် အားထုတ်ပါ။ မိနစ်သုံးဆယ်ပင် ပြည့်အောင် မပြင်ဘဲထိုင်လို့မရသေးသူများကတော့ တကြိမ် ပြင်ထိုင်ပြီး ဆက်ရှုမှတ်ပါ။ ဒုတိယအကြိမ် အထိုင်ပြင်ဖို့ အခြေအနေ ဖြစ်လာရင်တော့ မပြင်ဘဲနှင့် ထပြီး စင်္ကြံလျှောက် အားထုတ်ပါ။

အထိုင်ပြင်စရှိရင် စိတ် အကျင့်ပါပြီး ပြင်ဖို့ပဲ စိတ်ကူးနေတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မပြင်မိအောင် အထူးကြိုးစားပါ။ တထိုင်ထက် တထိုင် ပိုပြီး ကြာကြာ ထိုင်နိုင်ရမယ်လို့ စိတ်ဆုံးဖြတ်ပြီး ကြိုးစားဖို့ လိုပါတယ်။ ကြာကြာထိုင်နိုင်လေ သမာဓိ အရှိန် ပိုရလေပါပဲ။

**စကြံ့လျှောက်လျှင်** စကြံ့ လျှောက်တဲ့အခါမယ် စကြံ့ဦးမှာ ကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် ထားပြီး ရပ်ပါ။ လက်ပိုက်ထားပါ။ ဒါမှ မဟုတ်ယင် လက်ကို နောက်ဘက်ပစ်ထားပြီး လက်ချင်းယှက်ထားပါ။ လက် နှစ်ဘက်ကို နံဘေးတဘက်တချက်မှာ တွဲလောင်းချမထားပါနှင့်။

ခေါင်းကို သိပ်ငုံ့မထားပါနှင့်။ ခြေထောက်ရှေ့ လေးတောင်ခန့် ဝေးတဲ့နေရာကို မျက်လွှာချထားပြီး သာမန် ကြည့်ဖြစ်နိုင်ရုံ ခေါင်းကို စဉ်းငယ်မျှ ညွတ်ကိုင်းထားပါ။ သိပ် ငုံ့ထားယင် မကြာခင် ဇက်ကြောတက်လာတတ် ခေါင်းမူးလာတတ်ပါတယ်။

**မျက်စိကို ထိန်းပါ** စကြံ့လျှောက်နေတဲ့ တစ်ချိန်လုံး အဝေးကို၊ ဘေးကို မကြည့်မိအောင် မျက်စိကို ထိန်းပါ။ တခြား မကြည့်ဘူးလို့လဲ ဆုံးဖြတ်ပါ။ ကြည့်ချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာရင်လဲ ကြည့်ချင်စိတ်ကို ရှုမှတ်ပါ။ ရှုမှတ်လိုက်ရင် ကြည့်ချင်စိတ် ပျောက်သွားပြီး တခြားကို မကြည့်ဖြစ်တော့ဘူး။ စိတ်ရဲ့အလိုလိုက်ပြီး ကြည့်ချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်တိုင်း မျက်စိက လျှောက်ကြည့်နေရင်တော့ မျက်စိသွားရာ စိတ်လိုက်ပါနေပြီး သမာဓိ ပျက်ပျက်နေတာနှင့် စကြံ့လျှောက်ရာမှာ ဘာတရားမှ တွေ့မယ် သိမယ် မဟုတ်ပါဘူး။ စကြံ့လျှောက်ရာမှာ မျက်စိကို ထိန်းနိုင်ဖို့၊ မျက်စိလုံဖို့ အရေးကြီးဆုံးပါပဲ။

**စရှုပုံ** စကြံ့ စရှုတဲ့အခါ စိတ်ကို ခြေထောက် ရွေ့ရှားမှုဆီ ရှေးရှုတည်ထားပါ။ ခြေလှမ်း လှမ်းလိုက်တဲ့အခါမှာ "သွားတယ်၊ သွားတယ်" လို့ ဖြစ်စေ၊ "လှမ်းတယ်၊ လှမ်းတယ်" လို့ ဖြစ်စေ၊ "ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ်" လို့ဖြစ်စေ **စိတ်အဆိုကလေး** ဆိုပြီး ရှုမှတ်ပါ။ စိတ်အဆိုက လိုရင်း မဟုတ်သော်လဲ အားထုတ်စမှာ အကူအညီ အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါတယ်။

စင်္ကြံလျှောက်ရင်း စိတ် တခြားကို ပျံ့လွင့်သွားရင် ပျံ့စိတ် လွင့်စိတ်ကို ရှုပြီးမှ ခြေလှမ်းကို ပြန်ရှုပါ။ ရံဖန်ရံခါမှာ လွင့်စိတ် တွေးစိတ် တာရှည်နေရင် ရပ်ပြီးမှ စိတ်ကို ရှုမှတ်ပါ။ လွင့်စိတ် တွေးစိတ် ပျောက်သွားမှ စင်္ကြံ ပြန်လျှောက်ပြီး ရှုမှတ်မြဲ ရှုမှတ်ပါ။

**ဖြည်းဖြည်း ခြေလှမ်းစိပ်စိပ်** စင်္ကြံလျှောက် အားထုတ်တဲ့အခါမှာ စင်္ကြံကို ဖြည်းဖြည်း လျှောက်ပါ။ ခြေလှမ်းကို သိပ်မကျဲပါစေနဲ့၊ ခြေဖဝါး တစ်ပြန်စာ၊ သို့မဟုတ် တစ်ပြန်စာ သာသာကလေး လှမ်းပါ။ ဒါမှ ရှုလို့ ကောင်းပါတယ်။ ခြေဖဝါးချင်း ရှေ့နောက်စဉ်ပြီး မလှမ်းပါနှင့်၊ ယိုင်တတ် လဲတတ်ပါတယ်။ ခြေဘဝါး ချတဲ့အခါ ခြေဘဝါးတပြင်လုံး တညီတည်း ကျအောင် ချပါ။ ဖနောင့်ကိုဖြစ်စေ၊ ခြေဖျားကိုဖြစ်စေ စ,မချပါနှင့်။

**ရှုမှတ်ချက် တိုးပါ** ရှေ့နားမှာ ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း "သွားတယ်" လို့ ဖြစ်စေ၊ "လှမ်းတယ်" လို့ ဖြစ်စေ၊ "ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ်"လို့ ဖြစ်စေ ရှုမှတ်လို့ နှစ်ရက်လောက် ရှိရင် ရှုစိတ်နှင့် အရှုခံအာရုံ တည့်လာပြီး ရှုလို့

ကောင်းလာပါလိမ့်မယ်။ ဒီအခါမှာ "ကြွတယ်၊ ချတယ်" လို့ ခြေတစ်လှမ်းကို နှစ်ပိုင်းသိအောင် တိုးပြီး ရှုပါ။ အဲဒီ ရှုမှတ်ချက် နိုင်နင်းလာတဲ့အခါမှာ "ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်" လို့ ခြေတစ်လှမ်းကို သုံးပိုင်းသိအောင် တိုးရှုပါ။

အဲဒီ နည်းအတိုင်း ရှုမှတ်ချက် တိုးတိုးသွားရင် စင်္ကြံလျှောက် ခိုက်မှာ ဝိပဿနာ သတိ၊ သမာဓိ၊ ဉာဏ်တွေ အားကောင်းလာတဲ့ အတွက် ပိုပိုပြီး ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ပီပီပြင်ပြင် တွေ့သိလာပါလိမ့်မယ်။

**စင်္ကြံလမ်းအဆုံးမှာ** စင်္ကြံလျှောက်တဲ့အခါ ဟိုနားလျှောက်လိုက်၊ ဒီနားလျှောက်လိုက်နှင့် မလျှောက်ပါနဲ့။ အဲဒီလို လျှောက်လို့ အားကောင်းတဲ့ သမာဓိကို မရနိုင်ပါဘူး။ စင်္ကြံ လမ်းကြောင်း တစ်ကြောင်းတည်းမှာ ခေါက်တုံ့ခေါက်ပြန် လျှောက်ပါ။

စင်္ကြံအဆုံးရောက်ရင် မလှည့်သေးဘဲနှင့် စုံရပ်လိုက်ပါ။ ပြီးမှ ရပ်နေတဲ့ ထောင်ထောင်သဘောကို စိတ်အာရုံစိုက်ပြီး "ရပ်တယ်၊ ရပ်တယ်"လို့ မိနစ်ဝက်လောက် ဖြစ်စေ၊ တစ်မိနစ်လောက် ဖြစ်စေ ရပ် ဣရိယာပုထ်ကို ရှုမှတ်ပါ။ ပြီးမှ ပြန်လှည့်ချင်တဲ့ စိတ်ကို သေသေချာချာသိအောင် အကြိမ်ကြိမ် ရှုပါ။ ပြီးမှ တဖြည်းဖြည်း နောက်ပြန်လှည့်တာကို ရှုပါ။ နောက်ပြန် မျက်နှာမူမိရင် ရပ်လိုက်ပြီး ရပ်တာကိုရှုပါ။ ပြီးမှ "ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်" စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်မြဲ ရှုမှတ်သွားပါ။

**စကြဲကို ဂရုစိုက်ပါ** စင်္ကြံ တစ်ကြိမ်လျှောက်ရင် တရားမရင့်သေးမီမှာ အနည်းဆုံး တစ်နာရီလျှောက်ပါ။ မလျှော့ပါစေနှင့်။ ပိုရင်သာ ပိုပါစေ။ စင်္ကြံမှာ အရှုခံအာရုံ ထင်ရှားလို့ သမာဓိ ပိုပြီး ရလွယ်ပါတယ်။ ဉာဏ်လဲ ပိုပြီး ဖြစ်လွယ်ပါတယ်။ ခြေထောက်ရဲ့ ကြွရွေ့သဘော၊ လှမ်းရွေ့သဘော၊ ချရွေ့သဘောဟာ အလွန်ထင်ရှားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရှုရတာ လွယ်ကူတဲ့အတွက် သမာဓိ ရလွယ်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက စင်္ကြံရဲ့အကျိုးငါးပါးကို ဟောတော်မူတော့ "စင်္ကြံသမာဓိဟာ ကြာရှည်တည်တံ့တယ်" လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံဖို့ နာရီပိုင်းအလိုမှာ မြတ်စွာဘုရားထံ တရားလာမေးတဲ့ **အရှင်သုဘဒ္ဒ**ဟာ ကုသိနာရုံ အင်ကြင်း ဥယျာဉ်ထဲမှာ စင်္ကြံလျှောက်ရင်း ရှုမှတ်တာနှင့်ပဲ **အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်** ရပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားပါတယ်။ စင်္ကြံတရား. အရေးကြီးပါတယ်။

**စင်္ကြံ ရှုမှတ်မှု ရည်ရွယ်ချက်** ဒါကြောင့် စင်္ကြံလျှောက် ရှုမှတ်တာဟာ အညောင်းပြေရုံ၊ ဣရိယာပုထ် အပြောင်းအလဲဖြစ်ရုံ၊ သမာဓိ အားကောင်းရုံမျှ ရည်ရွယ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ စင်္ကြံ လျှောက်ခိုက်မှာ ဖြစ်ဆဲ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ **အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ** သဘာဝတွေကို သိဖို့ ရည်ရွယ်ချက်က ပဓာနပါ။ ပြီးတော့ စင်္ကြံ လျှောက်ခိုက်မှာ ရရှိတဲ့ ဝိပဿနာ သတိ၊ သမာဓိဉာဏ်တို့ကို ထိုင်သည်အထိ ပါသွားအောင် အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်ပြီး သယ်သွားရင် ထိုင်ရှုမှတ်ရာမှာ အများကြီး အထောက်

အကူ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် စကြ်ံကို အလျင်လျှောက်ပြီးမှ ထိုင်ရှုမှတ်တာက ပိုကောင်းပါတယ်။

စင်္ကြံတစ်လှည့်၊ အထိုင်တစ်လှည့် ရှုမှတ်ဖို့ပါပဲ။ သို့သော်လဲ **စင်္ကြံနှင့်အထိုင် အချိန်ညီမျှဖို့ မလိုပါဘူး**။ တရားအခြေအနေအရ အတိုးအလျှော့ ရှိရပါတယ်။

**သမ္မဇညပိုင်း ရှုပုံ** သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာရဲ့ အခြေခံ သဘောက ရုပ်နှင့် နာမ်မှာ ခဏမစဲ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ သဘောတွေကို စက္ကန့်မလပ် မိနစ်မလပ် တရစပ်စောင့်ကြည့် ရှုသိနေရပါတယ်။ မရှုမိဘဲ လပ်သွားတဲ့ မိနစ်ပိုင်း စက္ကန့်ပိုင်း ကလေးမှာပဲ မရှုမိလိုက်တဲ့ ရုပ်နာမ်နှင့် ပတ်သက်လို့ ကိလေသာက ဝင်လိုက်တော့တာပဲ။

ဒါကြောင့် စင်္ကြံ လျှောက်တဲ့ အခါနှင့် ထိုင်တဲ့ အခါလေးမှာသာ ရှုရုံမျှနဲ့ မလုံလောက်ပါဘူး။ နိုးနေသမျှ တချိန်လုံး လှုပ်ရှားမှု၊ ပြုမူမှု ကိုယ်အမူအရာ မှန်သမျှကိုရော စဉ်းစား၊ ကြံတွေး၊ လိုချင် တပ်မက်၊ စိတ်ပျက်၊ စိတ်ဆိုးတဲ့ စိတ်သဘော မှန်သမျှကိုပါ ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်တိုင်း အမြဲတစေ ရှုသိနေရပါတယ်။

**ရှုပုံနည်းပြ** လှုပ်ရှားမှု အသေးစိတ် အမူအရာမှန်သမျှ ရှုမှတ်ပုံကို မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၊ သမ္မဇညပိုင်းမှာ နည်းပြ အနေနှင့် မြတ်စွာဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ရှေ့ကို သွားတိုင်း၊ နောက်ကို ဆုတ်တိုင်း၊ ကွေးတိုင်း၊ ဆန့်တိုင်း၊ ထိုင်တိုင်း၊ ထတိုင်း၊ သင်္ကန်း ကိုင်တိုင်း၊ သပိတ် ကိုင်တိုင်း၊ အဝတ် ဝတ်တိုင်း၊ စားသောက်တိုင်း၊ ရေချိုးတိုင်း၊ တပိုတပါး သွားတိုင်း စသည်မှာ

ပါဝင် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ လှုပ်ရှားမှု ပြုမူမှုတွေကို "ကွေးတယ်" "ဆန့်တယ်" "ထိုင်တယ်" "ထတယ်" စသည်ဖြင့် ဖြစ်နေရှိနေတဲ့အတိုင်း အမြဲမပြတ် သတိကပ်ပြီး ရှုသိနေရပါတယ်။

မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ နံတိုင်း၊ စားတိုင်း၊ ထိတွေ့တိုင်း၊ ကြံတွေးတိုင်းလဲ "မြင်တယ်"၊ "ကြားတယ်" စသည်ဖြင့် မလွတ်ရအောင် ရှုသိနေရပါတယ်။

**အသေးစိတ် အမူအရာ** **သမ္ပဇဉ်ပိုင်း** ဒေသနာတော်အရ နိုးနေသမျှ တစ်နေ့လုံး လှုပ်ရှားပြုမူမှုတွေကို မလွတ်ရအောင် ရှုသိနေရတာကို "**အသေးစိတ် အမူအရာ ရှုမှတ်ခြင်း**" သို့မဟုတ် "**အတွေတွေ အမူအရာ ရှုမှတ်ခြင်း**"လို့ အများနားလည်မည့် စကားလုံးသုံးပြီး နာမည် တပ်ထားပါတယ်။ **သမ္ပဇဉ်**လို့ ပြောလျှင် ပါဠိစကားလုံး ဖြစ်နေတဲ့အတွက် တစ်ချို့ပုဂ္ဂိုလ် နားလည်ဖို့ မလွယ်ပါဘူး။

**ရှုမှတ်မှုချင်း ဆက်စပ်မိမှ** ဒီ အသေးစိတ်အမူအရာတွေကို တနေ့လုံး ရှုမှတ်မှုချင်း ဆက်စပ်မိပြီး သတိ တစပ်တည်းဖြစ်အောင် ရှုနိုင်လေ သမာဓိဉာဏ်တွေ တိုးတက်လာလေပါပဲ။ ထိုင်တဲ့အချိန်နှင့် စင်္ကြံလျှောက်တဲ့ အချိန်မှာသာ ရှုမှတ်ပြီး ကျန်တဲ့အချိန်တွေမှာ အဲဒီ ပြုမူလှုပ်ရှားမှု အမူအရာတွေကို မရှုဘဲလွှတ်ထားရင် ရှေ့သတိနှင့် နောက်သတိ၊ ရှေ့သမာဓိနှင့် နောက်သမာဓိ၊ ရှေ့ဉာဏ်နှင့် နောက်ဉာဏ် အဆက်ပြတ်ပြီး ဟာနေတဲ့ကွက်လပ်ကြီးတွေ ကြားက ခံနေလို့ သတိ၊ သမာဓိ၊ ဉာဏ်တွေ အရှိန် ပျက်ပျက်သွားတဲ့အတွက် တိုးတက်မှု အလွန် နှေးပါတယ်။ ဒါကြောင့် တစ်နေ့လုံး ဆက်စပ်မိအောင် ရှုမှတ်ဖို့ အထူးကြိုးစားရပါတယ်။

**ကြောင်းကျိုး ဆက်သွယ်ပုံ** ရှုမှတ်မှု သတိတွေ ဆက်စပ်မိရင် တည်ငြိမ်မှု သမာဓိတွေ ဆက်စပ်မိလာလို့ အားကောင်းလာပါတယ်။ သမာဓိ အားကောင်းလာရင် "သမာဟိတော ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ=စိတ်တည်ငြိမ်သူသည် အမှန်အတိုင်းသိ၏" ဆိုတဲ့ ဗုဒ္ဓ ရှင်တော်မြတ်၏ မိန့်ခွန်းတော်အတိုင်း အရှုခံ ရုပ်၊ အရှုခံ နာမ် တို့ရဲ့ အရှိ သဘာဝဖြစ်တဲ့ **အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ** သဘောတွေကို အမှန်အတိုင်း သိတဲ့ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေ ရှင်းလင်း ပီသစွာ ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ ဒီ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ရင့်ကျက်ပြီဆိုရင် အရိယသစ္စာ လေးပါးကို ထိုးထွင်းသိတဲ့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တွေ ဖြစ်ပေါ်ပြီး ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် ပြုနိုင်တယ် ဆိုတာကတော့ ဘုရားဟော ဒေသနာတော် အရရော သဘာဝဖြစ်စဉ်အရပါ မလွဲနိုင်တဲ့ ကြောင်းကျိုး နိယာမ တရားကြီးပါပဲ။

**အခု ဖော်ပြခဲ့တဲ့ ရှုမှတ်ပုံတွေထဲက–**

| | |
|---|---|
| ရုပ်ကို ရှုသိတာက | ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ |
| ခံစားမှုကို ရှုသိတာက | ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ |
| စိတ်ကို ရှုသိတာက | စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ |
| သဘောကို ရှုသိတာက | ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်။ |

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရား လေးမျိုးခွဲခြားပြီး ဟောတော်မူထားပါတယ်။ သို့သော်လဲ ရှုတဲ့အခါမှာတော့ ဘယ် သတိပဋ္ဌာန် ဖြစ်အောင် ရှုမယ်လို့ ရွေးချယ် မနေရပါဘူး။ ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သဘောကို ရှုသိနေရုံပါပဲ။

ဒီ သတိပဋ္ဌာန် လေးမျိုးကို ရှုပွါးရင်–

၁။ ကိလေသာ စင်ကြယ်ခြင်း အကျိုး၊

၂။ စိုးရိမ် ပူဆွေးမှု ကင်းခြင်း အကျိုး၊

၃။ ငိုကြွေးမှု ကင်းခြင်း အကျိုး၊

၄။ ကိုယ်ဆင်းရဲ ငြိမ်းခြင်း အကျိုး၊

၅။ စိတ်ဆင်းရဲ ငြိမ်းခြင်း အကျိုး၊

၆။ မဂ်ဉာဏ်ကို ရခြင်း အကျိုး၊

၇။ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရခြင်း အကျိုး များကို ရနိုင်ကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

## ဆောင်ပုဒ်

ကိလေစင်ရေး၊ စိုးပူဆွေး၊ ငိုကြွေးကင်းလိုလျှင်။
ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ၊ မရှိဘဲ၊ အမြဲငြိမ်းလိုလျှင်။
မဂ်နှင့်နိဗ္ဗာန်၊ တရားမှန်၊ အမြန်ရလိုလျှင်။
ရုပ်နာမ် ဖြစ်ဆဲ၊ သတိစွဲ၊ ပွါးမြဲတစ်လမ်းပင်။
တစ်လမ်းတည်းမှန်၊ သတိပဋ္ဌာန်၊ ပွါးရန်ဘယ်သို့နည်း။
ရုပ်ဖြစ်တိုင်းသာ၊ ရှုးစိုက်ကာ၊ သေချာ ရှုရသည်။
ခံစားတိုင်းသာ၊ ရှုးစိုက်ကာ၊ သေချာ ရှုရသည်။
စိတ်ဖြစ်တိုင်းသာ၊ ရှုးစိုက်ကာ၊ သေချာ ရှုရသည်။
သဘောတိုင်းသာ၊ ရှုးစိုက်ကာ၊ သေချာ ရှုရသည်။
ရှုလျှင် ရှုလျှင်၊ အမှန်မြင်၊ ပြေးဝင် နိဗ္ဗာန်ပြည်။ ။

## အခန်း (၁၆)

# သာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇာ

**မွန်မြတ်သည့် အစဉ်အလာ** မြန်မာပြည်၌ ယောကျ်ားကလေးမှန်သမျှ ရှင်သာမဏေပြုပေးရမည် ဟူသော မွန်မြတ်သည့် ဗုဒ္ဓဘာသာ ယဉ်ကျေးမှု အစဉ်အလာ ရှိလာခဲ့၏။ လွန်စွာ နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းသော ယဉ်ကျေးမှု အစဉ်အလာ ဖြစ်၏။ ဤ အစဉ်အလာကြောင့်ပင် မြန်မာယောကျ်ားကလေးတိုင်း ဘာသာ သာသနာနှင့် ထိတွေ့ခွင့် လေ့လာခွင့် ရရှိနေခြင်း ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာ မိဘများ၊ ရှင်သာမဏေလောင်းများ၊ ရှင်သာမဏေများသည် ရှင်သာမဏေ ပြုပေးခြင်းနှင့် စပ်ဆိုင်သော သိသင့် သိထိုက်သည်များကို အထိုက်အလျောက် သိထားသင့်ပေသည်။

သို့ဖြစ်ရာ ဤအခန်း၌ **ဝိနည်းမဟာဝါ ပါဠိတော်** နှင့် **အဋ္ဌကထာ** ၌ ပါရှိသော အချက်အလက်တို့ကို အခြေခံလျက် သိမှတ်ဖွယ်များကို အကျဉ်းချုံး၍ ရေးသား ဖော်ပြပါမည်။

**မိဘခွင့်ပြုမှ ရှင်ပြုရ**

ရှင်သာမဏေ ပြုလိုသူသည် ရှေးဦးစွာ မိဘထံ ရှင်သာမဏေ ပြုခွင့်ရရန် ခွင့်ပန်ရ၏။ မိဘ ခွင့်မပြုသောသူကို ရှင်ပြုမပေးနိုင်ပေ။ မြတ်စွာဘုရားသည် ခုနစ်နှစ်သား သားတော်ကလေး **ရာဟုလာ**က အမွေတောင်းသဖြင့် သာသနာ့ အမွေအဖြစ် **အရှင်သာရိပုတ္တရာ**ကို ရှင်သာမဏေ ပြုပေးစေ၏။ **ရာဟုလာ**ကို ထီးမွေနန်းမွေ ဆက်ခံစေရန် မျှော်မှန်းထားသော **သုဒ္ဓေါဒန**ဘုရင်ကြီး စိတ်မချမ်းမသာ ဖြစ်ရ၏။ ထို့ကြောင့် မိဘ ခွင့်မပြုသောသားကို ရှင်ပြုမပေးပါရန် မြတ်စွာဘုရားအား လျှောက်ထားသောအခါ မြတ်စွာဘုရားက "မိဘ ခွင့်မပြုသော သားကို ရှင်ပြုမပေးရ"ဟု စည်းမျဉ်း ချမှတ်တော်မူ၏။

**ဆံချရန် သံဃာကိုပန်ကြား**

ရှင်သာမဏေ ပြုပေးရာ၌ လိုရင်း ကိစ္စမှာ သုံးခုသာ ရှိ၏။ (၁)**ဆံချခြင်း**၊ (၂)**သင်္ကန်းဝတ်ပေးခြင်း**၊ (၃)**သရဏဂုံ ပေးခြင်း** ဤသုံးခုသာ လိုရင်းဖြစ်၏။ မိဘ ခွင့်ပြုသော ရှင်လောင်းကို ရှင်ပြုရန် ရှေးဦးစွာ ဆံချပေးရ၏။ ဆံချမပေးမီ ကျောင်းရှိ သံဃာများကို ပန်ကြားရ၏။ ရှင်လောင်းကို သံဃာတော်များအထံ ခေါ်သွား၍ "ဤရှင်လောင်း ဆံချရန် ပန်ကြားပါသည် ဘုရား"ဟု ဖြစ်စေ၊ "ဤရှင်လောင်း

ရှင်ပြုရန် ပန်ကြားပါသည် ဘုရား”ဟု ဖြစ်စေ ပန်ကြားရ၏။ ရှင်လောင်းကို ခေါ်မသွားဘဲ ရဟန်းငယ် တစ်ပါးပါးဖြစ်စေ၊ သာမဏေတစ်ပါးပါးဖြစ်စေ သံဃာများထံ သွား၍ ပန်ကြားနိုင်သည်။

ကျောင်းဝင်းအတွင်းရှိ သိမ်အတွင်း၌ ဆံချလျှင် သံဃာများကို ပန်ကြားဖို့ မလိုတော့ပေ။ ထို သိမ်အတွင်း၌ ရဟန်း တစ်ပါးပါး ရှိနေလျှင်မူ ထိုရဟန်းကို ပန်ကြားရ၏။ ဆံချပြီးသား ရှင်လောင်း၊ ဆံ လက်နှစ်သစ်ထက် ပို၍ မရှည်သော ရှင်လောင်းများအတွက် ဆံချမှုကိစ္စ မရှိ၍ ပန်ကြားဖို့ မလိုပေ။ လက်နှစ်သစ်ထက်ရှည်သော ဆံပင်ရှိလျှင် တစ်ချောင်းမျှပင် ရှိစေကာမူ သံဃာအား ပန်ကြားပြီးမှသာ ရိတ်ဖြတ်ရ၏။ (ဝိ-ဋ္ဌ ၃၊ ၂၈၄-၄)

**ပန်ကြားရခြင်း အကြောင်းရင်း** မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် အခါက အိမ်မှ ထွက်ပြေးလာသော ကလေးတစ်ယောက်ကို ရှင်ပြုပေးရာ ရဟန်းတော် အများစု မသိလိုက်ကြသဖြင့် မိဘများ ကျောင်းသို့ လာ၍ ထိုကလေး ကျောင်း၌ ရှိမရှိ မေးသောအခါ မရှိကြောင်း ဖြေလိုက်ကြ၏။ မိဘများက ကျောင်းဝင်းထဲ၌ ရှာဖွေကြသောအခါ ရှင်သာမဏေ ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရ၍ ရဟန်းတော်များကို မုသာဝါဒဖြင့် စွပ်စွဲကြ၏။ ဤဖြစ်ရပ်ကို အကြောင်းပြု၍ ရှင်လောင်းများ ဆံချဖို့ သံဃာအား ပန်ကြားရန် ပညတ်တော်မူခြင်း ဖြစ်၏။ (ဝိ ၃၊ ၁၀၇)

**တစပဥ္စက နှလုံးသွင်း** ဆံချသောအခါ၌ ရှင်လောင်းကို တစပဥ္စက ကမ္မဋ္ဌာန်း ရွတ်ဆို ဆင်ခြင်စေလျက် ဆံချပေးရ၏။ ရေချိုးသောအခါ၌လည်း ရွတ်ဆို ဆင်ခြင်စေရ၏။ ကောင်းမွန်စွာ ဆင်ခြင်နိုင်စေရန် ဆံမချမီကပင် ရွတ်ဆိုနည်း ဆင်ခြင်နည်းကို သင်ပေး ထားရ၏။ "ကေသာ၊ လောမာ၊ နခါ၊ ဒန္တာ၊ တစော"ဟု ပါဠိဘာသာဖြင့် ဖြစ်စေ၊ "ဆံပင်၊ မွေးညှင်း၊ လက်သည်း ခြေသည်း၊ သွား၊ အရေ"ဟု မြန်မာဘာသာဖြင့် ဖြစ်စေ ရွတ်ဆို ဆင်ခြင်စေရ၏။

ထိုဆံပင် စသည်တို့သည် အဆင်း၊ အနံ့၊ ပုံသဏ္ဍာန်၊ မှီရာ အကြောင်း၊ တည်ရာ အရပ်အားပြင့် မတင့်မတယ် ရွံစဖွယ်ဖြစ်ပုံ၊ အသက်ဝိညာဉ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ မဟုတ်ပုံတို့ကို နားလည်အောင် ရှင်းပြ သင်ကြားပေးပြီး ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းစေရမည်ဟု အဋ္ဌကထာ ဆရာ မိန့်တော်မူသည်။ (ဝိဋ္ဌ – ၃၊ ၂၄၉)

**တစပဥ္စက ကမ္မဋ္ဌာန်း** **ကေသာ၊ လောမာ၊ နခါ၊ ဒန္တာ၊ တစော။**

**တစော၊ ဒန္တာ၊ နခါ၊ လောမာ၊ ကေသာ။**

ဆံပင်၊ မွေးညှင်း၊ လက်သည်း ခြေသည်း၊ သွား၊ အရေ။

အရေ၊ သွား၊ လက်သည်း ခြေသည်း၊ မွေးညှင်း၊ ဆံပင်။

၁။ ဤ **ဆံပင်** တို့သည် အဆင်း၊ အနံ့၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊ မှီရာအကြောင်း၊ တည်ရာအရပ်အားဖြင့် မသတီစရာ ရွံစရာသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ စက်ဆုတ်စရာသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ အသက်ဝိညာဉ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ မဟုတ်ကြပါချေ။

၂။ ဤ **မွေးညှင်း** တို့သည် အဆင်း၊ အနံ့၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊ မှီရာအကြောင်း၊ တည်ရာအရပ်အားဖြင့် မသတီစရာ ရွံစရာသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ စက်ဆုတ်စရာသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ အသက်ဝိညာဉ်၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ မဟုတ်ကြပါချေ။

၃။ ဤ **လက်သည်း ခြေသည်း** တို့သည် အဆင်း၊ အနံ့၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊ မှီရာအကြောင်း၊ တည်ရာအရပ်အားဖြင့် မသတီစရာ ရွံစရာသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ စက်ဆုတ်စရာသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ အသက်ဝိညာဉ်၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ မဟုတ်ကြပါချေ။

၄။ ဤ **သွား** တို့သည် အဆင်း၊ အနံ့၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊ မှီရာအကြောင်း၊ တည်ရာအရပ်အားဖြင့် မသတီစရာ ရွံစရာသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ စက်ဆုတ်စရာသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ အသက်ဝိညာဉ်၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ မဟုတ်ကြပါချေ။

၅။ ဤ **အရေထူ အရေပါး** တို့သည် အဆင်း၊ အနံ့၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊ မှီရာအကြောင်း၊ တည်ရာအရပ်အားဖြင့် မသတီစရာ ရွံစရာသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ စက်ဆုတ်စရာသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ အသက်ဝိညာဉ်၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ မဟုတ်ကြပါချေ။

ဤ တစပဥ္စက ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဆံချရင်း စီးဖြန်းပွါးများခြင်းကြောင့် တရားသားတက်ကာ အရဟတ္တဖိုလ်အထိ ရရှိကြသည့် **သံကိစ္စသာမဏေ** စသော သာမဏေကျော်များမှာ အားကျစရာကောင်းလှ၏။

**လူနံ့ပျောက်အောင်** ဆံချပြီးလျှင် လူနံ့ပျောက်အောင် ဦးခေါင်းကိုရော ခန္ဓာကိုယ်ကိုပါ နနွင်းမှုန့်ဖြင့် ဖြစ်စေ၊ နံ့သာမှုန့်ဖြင့် ဖြစ်စေ လိမ်းကျံ ပွတ်နယ်ပေးရမည်ဟု အဋ္ဌကထာ ညွှန်ကြား၏။

**သင်္ကန်းပေးခြင်း** ထို့နောက်မှ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ ကိုယ်တိုင်ဖြစ်စေ၊ အခြား ရဟန်း တစ်ပါးပါး၊ သာမဏေ တစ်ပါးပါး၊ ဥပါသကာ တစ်ဦးဦးကို စေခိုင်း၍ ဖြစ်စေ ရှင်လောင်းအား သင်္ကန်းပေး၍ ဝတ်ပေးရ၏။ မစေခိုင်းဘဲနှင့် သင်္ကန်းဝတ်လာလျှင် ထိုသင်္ကန်းကို ချွတ်စေ၍ တစ်ဖန် သင်္ကန်းပေး၍ ဝတ်စေရာ၏။

ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ ကိုယ်တိုင်ပေးသော သင်္ကန်းဖြင့် ဖြစ်စေ၊ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာက စေခိုင်း၍ပေးသော သင်္ကန်းဖြင့် ဖြစ်စေ ရှင်ပြုပေးမှသာလျှင် အပ်၏။

မိမိကိုယ်ပိုင် သင်္ကန်းကို ယူလာသော ရှင်လောင်းသည် မိမိသင်္ကန်းကို ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာထံ အပ်နှံ၍ ဆရာက ပေးသော သင်္ကန်းကိုသာ ဝတ်ရုံပြီးလျှင် ရှင်သာမဏေအဖြစ် ခံယူရသည်။

ထို့ကြောင့်ပင် **ဝိမတိဝိနောဒနီဋီကာရှင်** က "သဗ္ဗ ဒုက္ခ နိဿရဏတ္ထာယ ဣမံ ကာသာဝံ ဂဟေတွာ ပဗ္ဗာဇေထ မံ ဘန္တေ အနုကမ္ပံ ဥပါဒါယ" ဟု ဆရာ့ထံ သင်္ကန်းအပ်ပုံ အစီအရင်ကို လည်းကောင်း၊ "ဣမံ ကာသာဝံ ဂဟေတွာ" နေရာ၌ "ဧတံ ကာသာဝံ ဒတွာ" ဟု ပြောင်းလဲ ရွတ်ဆို၍ ဆရာ့ထံမှ သင်္ကန်းတောင်းပုံ အစီအရင်ကို လည်းကောင်း စီစဉ် ညွှန်ကြားခဲ့ပေသည်။

**(ဝိမတိ-ဋီ ၂၊ ၉၅)**

ယင်း အစီအရင်ကို မှီး၍ ယခုခေတ် "သကလ ဝဋ္ဋ ဒုက္ခ နိဿရဏ" စသော သင်္ကန်းအပ် သင်္ကန်းတောင်းများကို ဆရာမြတ်တို့ စီစဉ်ထားကြခြင်း ဖြစ်၏။

## ဆရာ့အထံ သင်္ကန်းအပ်ရန်

သကလ ဝဋ္ဋဒုက္ခ နိဿရဏ နိဗ္ဗာနဿ သစ္ဆိကရဏတ္ထာယ **ဣမံ ကာသာဝံ ဂဟေတွာ** ပဗ္ဗာဇေထ မံ ဘန္တေ အနုကမ္ပံ ဥပါဒါယ။

[ အရှင်ဘုရား၊ အလုံးစုံသော သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ ထွက်မြောက်သော နိဗ္ဗာန်ကို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် မျက်မှောက် ပြုပါရခြင်း အကျိုးငှာ **တပည့်တော်၏ လက်၌ရှိသော ဤ သင်္ကန်းကို ယူတော်မူ၍** တပည့်တော်ကို သနားစောင့်ရှောက် ချီးမြှောက်သောအားဖြင့် ရှင်သာမဏေ ပြုပေးတော်မူပါ ဘုရား။]

## ဆရာ့ထံမှ သင်္ကန်းတောင်းရန်

သကလ ဝဋ္ဋဒုက္ခ နိဿရဏ နိဗ္ဗာနဿ သစ္ဆိကရဏတ္ထာယ **တော် ကာသာဝံ ဒတွာ** ပဗ္ဗာဇေထ မံ ဘန္တေ အနုကမ္ပံ ဥပါဒါယ။

[ အရှင်ဘုရား၊ အလုံးစုံသော သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ ထွက်မြောက်သော နိဗ္ဗာန်ကို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် မျက်မှောက် ပြုပါရခြင်း အကျိုးငှာ **အရှင်ဘုရား၏ လက်၌ရှိသော ထို သင်္ကန်းကို ပေးတော်မူ၍** တပည့်တော်ကို သနားစောင့်ရှောက် ချီးမြှောက်သောအားဖြင့် ရှင်သာမဏေ ပြုပေးတော်မူပါ ဘုရား။]

## ရှင်သာမဏေအဖြစ် တောင်းခံရန်

ဘန္တေ သံသာရ ဝဋ္ဋဒုက္ခတော မောစနတ္ထာယ ပဗ္ဗဇ္ဇံ ယာစာမိ။

ဒုတိယမ္ပိ ဘန္တေ ... ယာစာမိ။

တတိယမ္ပိ ဘန္တေ ... ယာစာမိ။

[ အရှင်ဘုရား၊ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ပါရခြင်း အကျိုးငှာ ရှင်သာမဏေအဖြစ်ကို ၃ ကြိမ်တိုင်တိုင် လျှောက်ထား တောင်းခံပါ၏ အရှင်ဘုရား။ ]

# ရှင်သာမဏေ ဆယ်ပါးသီလ

## သီလတောင်း

**အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ဒသ သာမဏေရပဗ္ဗဇ္ဇသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။**

**ဒုတိယမ္ပိ ...။ တတိယမ္ပိ ...။**

အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်သည် အားကိုးရာသုံးပါးနှင့် တကွ ရှင်သာမဏေ ၁၀ ပါးသီလကို လျှောက်တောင်းပါ၏။ တပည့်တော်ကို ချီးမြှောက်သောအားဖြင့် ရှင်သာမဏေ ၁၀ ပါးသီလကို ပေးသနားတော်မူပါဘုရား။

နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း ...။ သုံးကြိမ်မြောက်လည်း ...။

## ဘုရားရှိခိုး

**နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။**

[**အရဟတော**=ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်သော၊ **သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ**=သိစရာမှန်သမျှ တစ်စမကျန် သယမ္ဘုဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိတော်မူသော၊ **တဿဘဂဝတော**=ထို မြတ်စွာဘုရားအား၊ **နမော**=ရှိသေမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။]

## သရဏဂုံ

**ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။**
**ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။**
**သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။**
**ဒုတိယမ္ပိ ...။**

**ဗုဒ္ဓံ**=သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားကို၊ **သရဏံ**=ဆင်းရဲ ပယ်ခွါ ချမ်းသာစေတတ် အမြတ်ရတနာ အားကိုးရာဟူ၍၊ **ဂစ္ဆာမိ**=ယုံကြည် ဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား။

**ဓမ္မံ**=မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန် ပရိယတ်၊ ဆယ်ပါးသော တရားတော်မြတ်ကို၊ **သရဏံ**=ဆင်းရဲပယ်ခွါ ချမ်းသာ စေတတ် အမြတ်ရတနာ အားကိုးရာဟူ၍၊ **ဂစ္ဆာမိ**= ယုံကြည် ဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား။

**သံဃံ**=အရိယာရှစ်ဖေါ် သံဃာတော်နှင့် အရိယာနွယ်ဝင် သမ္မုတိသံဃာတော် အရှင်မြတ်အပေါင်းကို၊ **သရဏံ**= ဆင်းရဲပယ်ခွါ ချမ်းသာစေတတ် အမြတ်ရတနာ အားကိုးရာ ဟူ၍၊ **ဂစ္ဆာမိ**=ယုံကြည် ဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား။

မြတ်စွာဘုရားကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ် ပါ၏ ဘုရား။

မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်မြတ်ကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား။

မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သား သံဃာတော်မြတ် အပေါင်းကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည် ဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား။

## သိက္ခာပုဒ် ၁၀ ပါး

**၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[သတ္တဝါ၏ အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[သူတစ်ပါး၏ ပစ္စည်းကို မတရားယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၃။ အဗြဟ္မစရိယာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[မမြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[မမှန်သော စကားကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၅။ သုရာမေရယမဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[မူးယစ် မေ့လျော့စေတတ်သော အရက်သေစာတို့ကို သောက်စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၆။ ဝိကာလဘောဇနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[နေမွန်းလွဲသော အခါမှ စ၍ နောက်တစ်နေ့ အရုဏ် မတက်မီ အတွင်း စားဖွယ် သောက်ဖွယ်ကို စားသောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၇။ နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသူကဒဿနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[သာသနာတော်နှင့် မလျော် ဆန့်ကျင် ပြောင့်တံကျင်သဖွယ် ဖြစ်သော ကခြင်း၊ သီဆိုခြင်း၊ တီးမှုတ်ခြင်း တို့ကို ကြည့်ရှုနားထောင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၈။ မာလာ ဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသနဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[ပန်းပန်ခြင်း၊ အမွှေးနံ့သာ လိမ်းကျံ ရှူရှိုက်ခြင်း၊ နံ့သာမှုန့် အရောင်တင်ဆီတို့ဖြင့် တင့်တယ် ပြေပြစ်အောင် ဖို့သိပ် ခြယ်သခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၉။ ဥစ္စာသယန မဟာသယနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[တစ်တောင့်ထွာထက် ပို၍မြင့်သော အိပ်ရာ နေရာ၊ အလွန် ကောင်းမွန် ခမ်းနားသော အိပ်ရာ နေရာတို့၌ နေထိုင် အိပ်စက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**၁၀။ ဇာတရူပ ရဇတပဋိဂ္ဂဟဏာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။**
[ရွှေ ငွေ ဒင်္ဂါး အကြွေ ငွေစက္ကူ တို့ကို ကိုင်ခဲခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။]

**ဣဒံ မေ သီလံ မဂ္ဂဖလဉာဏဿ ပစ္စယောဟောတု။**

[တပည့်တော်၏ ဤ ဆယ်ပါးသီလသည် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်အား ကျေးဇူးပြုသော အကြောင်းအထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေ သတည်း။]

## ဥပဇ္ဈာယ်ယူရန်

**ဥပဇ္ဈာယော မေ ဘန္တေ ဟောဟိ။** (၃ ခေါက်)

[အရှင်ဘုရား၊ အရှင်ဘုရားသည် တပည့်တော်၏ အပြစ်ကြီး အပြစ်ငယ် တို့ကို ကြည့်ရှု၍ ဆိုဆုံးမသော ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာ ဖြစ်တော်မူပါ အရှင်ဘုရား။]

**သရဏဂုံဖြင့် ရှင်ပြု** ရှင်သာမဏေလောင်းများသည် ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာ သုံးပါးကို အားကိုး အားထားရာ ကိုးကွယ်ရာအဖြစ် ယုံကြည် ဆည်းကပ်ကြောင်း နှုတ်က ထုတ်ဖော်ပြောဆိုလျှင် ရှင်သာမဏေ ဖြစ်တော့၏။ ပါဠိဘာသာဖြင့် "ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" စသည်ကို ဆရာချပေးသည့်အတိုင်း လိုက်၍ ရွတ်ခြင်းသည် ယုံကြည် ဆည်းကပ်ကြောင်း ထုတ်ဖော် ပြောဆိုခြင်းပင် ဖြစ်၏။ ဤသည်ကို သရဏဂုံ ခံယူဆောက်တည်သည် ဟု ခေါ်ဝေါ် ပြောဆိုကြ၏။

သရဏဂုံကို ရွတ်ဆိုစေ၍ ရှင်ပြုပေးသော ဤ အစဉ်အလာသည် **ကပိလဝတ်ပြည်၌** မြတ်စွာဘုရား၏ အမိန့်တော်အရ **ရာဟုလာကို အရှင်သာရိပုတ္တရာ** ရှင်ပြုပေးချိန်မှ ယခုအထိ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှု မရှိဘဲ ကျင့်သုံးလာသော အစဉ်အလာ ဖြစ်၏။ ထို **ရာဟုလာ ရှင်ပြုပွဲ၌** မြတ်စွာဘုရားက "ရဟန်းတို့၊ ဤ သရဏဂုံ သုံးပါးတို့ဖြင့် ရှင်ပြုပေးခြင်းကို ခွင့်ပြုတော်မူသည်"ဟု ခွင့်ပြုမိန့် ထုတ်တော်မူခဲ့၏။

**အဓိပ္ပါယ်သိမှ ပိုကောင်းသည်** ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ ဤ ခွင့်ပြုမိန့်တွင် "သရဏဂုံ၏ အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို နားလည်သဘောပေါက်အောင် ပြောပြ၍ သရဏဂုံ ပေးရမည်" ဟူသော သဘော တိုက်ရိုက် မပါရှိပေ။ သို့သော်လည်း ထိုခေတ်က ပါဠိဘာသာဖြင့် "ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ" ဟု ရွတ်ဆိုလျှင် အဓိပ္ပါယ်ပါ နားလည်ပြီးဖြစ်၍ အထူး မိန့်တော်မမူခြင်း ဖြစ်သည်ဟု

ယူဆလျှင် ပို၍ သင့်လျော်ဖွယ် ရှိပါသည်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ သရဏဂုံ၏ အဓိပ္ပါယ်ကို အကြမ်းဖျင်းမျှပင်ဖြစ်စေ ရှင်သာမဏေလောင်း နားလည်အောင် ရှင်းပြပြီးမှ သရဏဂုံကို ပါဠိလိုရော မြန်မာလိုပါ ရွတ်ဆို၍ ခံယူဆောက်တည်စေလျှင် အကောင်းဆုံး ရှင်ပြုပေးခြင်း ဖြစ်ဖွယ်ရှိပါသည်။

**ဌာန် ကရိုဏ်း ပယတ်** ဤသို့ သရဏဂုံကို ရွတ်ဆို ဆောက်တည်ရာ၌ ဆရာရော တပည့်ပါ ဌာန် ကရိုဏ်း ပယတ် ပီပြင်အောင် ရွတ်ဆိုရမည်၊ ဉဘတောသုဒ္ဓိ ဖြစ်စေရမည်ဟု အဋ္ဌကထာဆရာ မိန့်တော်မူ၏။

ပါဠိဘာသာသည် အိန္ဒိယသားတို့၏ ဘာသာဖြစ်၍ ယင်းကို ရွတ်ဆိုရန် ဌာန် ကရိုဏ်း ပယတ် တို့ကိုလည်း အိန္ဒိယသားတို့၏ နှုတ်၊ အာ၊ လျှာ အနေအထားအလိုက် ရွတ်ဆိုနည်း စည်းမျဉ်း သတ်မှတ်ထားခြင်း ဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်ရာ အိန္ဒိယသားနှင့် အိန္ဒိယနွယ် သီဟိုဠ်သားတို့အတွက် ဌာန် ကရိုဏ်း ပယတ် ပီပြင်အောင် ရွတ်ဆိုရန် ခဲယဉ်းမည် မဟုတ်ပေ။ အက္ခရာ ရွတ်ရာတွင် အိန္ဒိယသားတို့နှင့် နှုတ်၊ အာ၊ လျှာ အနေအထား မတူသော မြန်မာတို့ အဖို့မှာမူ ကျမ်းဂန်လာအတိုင်း ရွတ်ဆိုရန် ခဲယဉ်းလှ၏။

**တာလုဇ အက္ခရာ** ပါဠိအက္ခရာတို့ကို ရွတ်ဆိုရာ၌ မြန်မာနှင့် အိန္ဒိယသား သီဟိုဠ်သားတို့ နှုတ်၊ အာ၊ လျှာ အနေအထား မတူသဖြင့် အသံထွက် ကွဲပြား ခြားနားသော အက္ခရာ အချို့ရှိ၏။ မြန်မာတို့၏ **စ ဆ ဇ ဈ ည** အသံများကို

အိန္ဒိယသား သီဟိုဠ်သားတို့က **ကျ ချ ဂျ ဃျ ည** ဟု အသံထွက်ကြသည်ကို အများအသိပင်။ ဤ အသံထွက်ပုံ နှစ်မျိုးကို တလှည့်စီ ထပ်ခါထပ်ခါ ရွတ်ဆိုကြည့်လျှင် ဌာန် ကရိုဏ်း ပယတ် မတူသည်ကို ရိပ်မိ သိရှိနိုင်၏။ မည်သည့် အသံက အာစောက်အရပ် (တာလုဌာန်)၌ ဖြစ်သော တာလုဇ အက္ခရာသံ ဖြစ်ဖွယ်ရှိသည်ကို စိစစ်ကြည့်သင့်၏။

မြန်မာကလေးငယ်တို့ စကားပြောတတ်စ အခါ၌ များသော အားဖြင့် "ထမင်း **ချာ**တယ်၊ ထမင်း **ကျား**မယ်၊ အမေ **ကျေး**သွားတယ်" စသည်ဖြင့် အိန္ဒိယသံ သီဟိုဠ်သံ ထွက်လေ့ရှိကြ၏။ ကြီးလာ၍ ပြုပြင်ပြောသောအခါမှ မြန်မာသံ ထွက်လာကြ၏။

**မုဒ္ဓဇ အက္ခရာ** **မုဒ္ဓဌာန်(=လျှာထိပ်အရပ်=အာထိပ်အရပ်)** ၌ ဖြစ်သည်ဟု ကျမ်းဂန်က သတ်မှတ်ထားသော **ဋ ဌ ဍ ဎ ဏ** အက္ခရာတို့ကို ရွတ်ဆိုရာ၌မူ မြန်မာ အိန္ဒိယ သီဟိုဠ် တို့ သုံးဦးလုံးပင် ဌာန် ကရိုဏ်း ပယတ် အနေဖြင့် တူညီကြသည်ဟု ထင်ပါသည်။

**ဒန္တဇ အက္ခရာ** **ဒန္တဌာန်(=သွားအရပ်)** ၌ ဖြစ်သည်ဟု ကျမ်းဂန် က သတ်မှတ်ထားသော **တ ထ ဒ ဓ န** အက္ခရာတို့ကို ရွတ်ဆိုရာ၌မူ မြန်မာအများစု၏ သဘာဝအသံမှာ **ဋ ဌ ဍ ဎ ဏ** အသံအတိုင်းပင် **လျှာထိပ်=အာထိပ်အရပ် (မုဒ္ဓဌာန်)** ၌ အသံဖြစ်ပေါ်၍ အိန္ဒိယ သီဟိုဠ် တို့ကမူ **လျှာဖျားနှင့် သွားကိုထိ၍**

ရွတ်ကြသဖြင့် **သွားအရပ်(ဒန္တဋ္ဌာန်)** ၌ အသံဖြစ်ပေါ်၏။ ဤအချက်မှာ သတိပြုစရာ ဖြစ်၏။

**ဒန္တောဋ္ဌဇ အက္ခရာ သွား နှုတ်ခမ်း နှစ်ခုပေါင်းအရပ်(ဒန္တောဋ္ဌ)** ၌ ဖြစ်သော အက္ခရာဟု ကျမ်းဂန်က သတ်မှတ်ထားသော 'ဝ' အက္ခရာကို မြန်မာတို့က **နှုတ်ခမ်းကို ဝိုင်း၍ သွားနှင့် မထိဘဲ** အသံထွက် ရွတ်ဆိုကြ၏။ အိန္ဒိယ သီဟိုဠ်တို့ကမူ **နှုတ်ခမ်းဖျားကို သွားဖျားနှင့် စဉ်းငယ်ထိ၍** အသံထွက် ရွတ်ဆိုကြ၏။ ထို့ကြောင့်ပင် 'ဝ' ကို အင်္ဂလိပ် အက္ခရာနှင့် ဖလှယ်သောအခါ အသံထွက်ပုံ နီးစပ်သည့် **V** အက္ခရာဖြင့် **VA** ဟု စာလုံးပေါင်းကြ၏။

**သိထိလ နှင့် ဓနိတ** ဗျာကရဏ်း ကျမ်းများ၌ ငါးလုံးစု အက္ခရာများထဲမှ ပထမနှင့် တတိယ အက္ခရာတို့ကို **သိထိလ**(=သံလျော့)အက္ခရာများဟု သတ်မှတ်၍ ဒုတိယနှင့် စတုတ္ထ အက္ခရာများကို **ဓနိတ**(=သံတင်း) အက္ခရာများဟု သတ်မှတ်ထားကြ၏။ **က ဂ၊ စ ဇ၊ ဋ ဍ၊ တ ဒ၊ ပ ဗ** တို့သည် **သိထိလ**။ **ခ ဃ၊ ဆ ဈ၊ ဌ ဎ၊ ထ ဓ၊ ဖ ဘ** တို့သည် **ဓနိတ** အက္ခရာများဖြစ်ကြ၏။

**ပထမ နှင့် ဒုတိယ** မြန်မာတို့သည် ပထမအက္ခရာ(သိထိလ)များနှင့် ဒုတိယ အက္ခရာ(ဓနိတ)များကို အထူးဂရုမစိုက်ရဘဲ လျော့သံ တင်းသံ(သိထိလ ဓနိတ) ကွဲပြားအောင် အသံထွက်၍ ရွတ်ဆိုနိုင်ကြ၏။ ရွတ်လည်း ရွတ်ဆိုနေကြ၏။

ပုံစံမှာ **က** နှင့် **ခ**၊ **စ** နှင့် **ဆ**၊ **ဋ** နှင့် **ဌ**၊ **တ** နှင့် **ထ**၊ **ပ** နှင့် **ဖ** တို့ ဖြစ်ကြ၏။ အချို့သော သီဟိုဠ်သားများ ယင်း အက္ခရာအစုံ တို့ကို သံလျော့ သံတင်း ပီပြင် ထင်ရှားစွာ ကွဲပြားအောင် မရွတ်ဆိုနိုင်ကြသည်ကို တွေ့ဖူး၏။

**တတိယ နှင့် စတုတ္ထ** ထို့အတူပင် တတိယ(သိထိလ) အက္ခရာ များ နှင့် စတုတ္ထ(ဓနိတ) အက္ခရာများကို အိန္ဒိယ သီဟိုဠ်သားတို့ သံလျော့ သံတင်း(သိထိလ ဓနိတ) ကွဲပြားအောင် ရွတ်ဆိုကြ၏။ ပုံစံမှာ **ဂ** နှင့် **ဃ**၊ **ဇ** နှင့် **ဈ**၊ **ဍ** နှင့် **ဎ**၊ **ဒ** နှင့် **ဓ**၊ **ဗ** နှင့် **ဘ** တို့ ဖြစ်ကြ၏။ ယင်းအက္ခရာ အစုံအစုံတို့ကို မြန်မာအများစုက သံလျော့(သိထိလ) သံတင်း(ဓနိတ) အသံထွက် ကွဲပြားအောင် ရွတ်ဆိုဖို့ အတန်ခဲယဉ်းပေသည်။

**မြန်မာရွတ်ပုံ** မြန်မာတို့သည် သိထိလ အက္ခရာကို ထွက်နေကျ သံမှန်အတိုင်း သက်သက်သာသာရွတ်၍ ဓနိတ အက္ခရာကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် အသံထွက် ရွတ်ခြင်းဖြင့် သိထိလ နှင့် ဓနိတ အသံကွဲပြားအောင် ရွတ်ကြ၏။ ထို့ကြောင့် ‘ဂေါ’ ကို သံမှန်ဖြင့် ရွတ်၍ ‘ဃော’ကို ပြင်းပြင်း ရွတ်ဆိုကြရ၏။ အခြားသော **ဇဈ**၊ **ဍဎ**၊ **ဒဓ**၊ **ဗဘ** တို့ကိုလည်း ထိုနည်းတူ ကွဲပြားအောင် ရွတ်ကြရ၏။

**အိန္ဒိယ သီဟိုဠ် တို့ ရွတ်ပုံ** အိန္ဒိယ သီဟိုဠ် တို့ကမူ ထိုသို့ မရွတ်ပေ။ သိထိလ ဓနိတ နှစ်မျိုးလုံးကိုပင် သံမှန်ဖြင့် အသံထွက် ကွဲပြားအောင် ရွတ်ကြ၏။ သူတို့ ရွတ်နည်းမှာ သိထိလ အက္ခရာ မူလအသံ၌ မပီသ မထင်ရှားလှသော ဟ, သံကလေး စဉ်းငယ် ယှဉ်တွဲလျက် ရွတ်သည့်နည်း ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် သူတို့ ရွတ်သည့်အတိုင်း ပါဠိ အက္ခရာတို့ကို အင်္ဂလိပ် အက္ခရာ တို့ဖြင့် ဤသို့ စာလုံးပေါင်းကြ၏။

| သိထိလ | | ဓနိတ | |
|---|---|---|---|
| ဂ | GA | ဃ | GHA |
| ဇ | JA | ဈ | JHA |
| ဍ | DA | ဎ | DHA |
| ဒ | DA | ဓ | DHA |
| ဗ | BA | ဘ | BHA |

**မတူလို့ ခက်ခဲ** ဤ ဖော်ပြပါ အချက်အလက်များမှာ ဤ စာရေးသူ သတိထား၍ လေ့လာမိသမျှသာ ရှိသေး၏။ အခြားသော ကွဲလွဲချက်များလည်း ရှိနိုင်ပေသေးသည်။ သို့ဖြစ်ရာ အိန္ဒိယဖြစ် သီဟိုဠ်ဖြစ် ကျမ်းဂန်များ၌ အိန္ဒိယသား သီဟိုဠ်သားတို့ သူတို့၏ နှုတ်၊ အာ၊ လျှာ အနေအထားအရ ရွတ်ဖတ်နည်း စည်းကမ်း သတ်မှတ်ထားသည့် ဌာန် ကရိုဏ်း ပယတ်များနှင့် ညီညွတ်အောင် သူတို့နှင့် နှုတ်၊ အာ၊ လျှာ

အနေအထား မတူသော စာရေးသူတို့ မြန်မာများက ရွတ်ဆိုရန်မှာ အတော်လေး ခက်ခဲသော ကိစ္စဖြစ်၏။

သို့သော် သူတို့၏ အသံထွက်ပုံ ထွက်နည်း ရွတ်ပုံရွတ်နည်းကို နားလည် သဘောပေါက်အောင် လေ့လာ၍ ကြိုးကြိုးစားစား လေ့ကျင့်သင်ယူလျှင်ကား သဘာဝသံ မဟုတ်သော လုပ်သံဖြင့် အတော်အသင့်တော့ ရွတ်နိုင် ဖတ်နိုင် တန်ရာပေသည်။ အဋ္ဌကထာ ဆရာကြီး ညွှန်ကြားသော ဥဘတောသုဒ္ဓိ ဖြစ်တန်သလောက် ဖြစ်နိုင်တန်ရာပေသည်။

## သိက္ခာပုဒ် ဆောက်တည်သင့်

**မြဲရာသံပတ်** ရှင်သာမဏေလောင်းတို့သည် သရဏဂုံ ခံယူ ဆောက်တည်ပြီးလျှင် ပြီးချင်း ရှင်သာမဏေ အဖြစ်သို့ ရောက်လေ၏။ ဆယ်ပါးသီလသည်လည်း သရဏဂုံ သုံးပါးနှင့်အတူ ရှင်သာမဏေသစ်၏ သန္တာန်၌ တည်ရှိလာတော့၏။ ဆယ်ပါးသီလကို သီးခြားခံယူဆောက်တည်ရန် မှုလိုမြေ။ သို့သော်လည်း မြဲရာသံပတ် ဆိုသကဲ့သို့ နောက်အခါ၌ ကောင်းစွာ စောင့်စည်းစိမ့်သောငှာ ထပ်မံ ခံယူစေသင့်၏။ (ဝိ-ဋ္ဌ ၃၊ ၂၉၆)

ရဟန်းတော်များမှာ သိမ်အတွင်း၌ ဥပသမ္ပဒကမ္မဝါစာ ဆုံးလျှင်ဆုံးချင်း ရဟန်းအဖြစ်သို့ ရောက်လေသည်။ ထိုအချိန် ထိုခဏကစ၍ အကျဉ်းအားဖြင့် ၂၂၇ ပါးသော ပါတိမောက္ခသံဝရ သီလတို့ကို(အထူး ဆောက်တည် မနေရဘဲ) စောင့်ထိန်းဖို့ အာဝုန် ရှိလာတော့၏။ ထို့အတူပင် ရှင်သာမဏေများသည်လည်း ရှင်သာမဏေ ဖြစ်လျှင်ဖြစ်ချင်း ဆောက်တည်နေစရာ မလိုဘဲ

ဆယ်ပါးသီလ တည်ရှိလာပြီဖြစ်၍ သီးခြား ဆောက်တည်သည်ဖြစ်စေ၊ မဆောက်တည် သည်ဖြစ်စေ ထို ဆယ်ပါးသီလကို စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းဖို့ တာဝန် ရှိလာတော့၏။ ရှင်သာမဏေတို့၏ သရဏဂုံ သည် ရဟန်းတော်တို့၏ ဥပသမ္ပဒကမ္မဝါစာနှင့် အလားတူ၏။

(ဝိ-၄ ၃၊ ၂၉၆)

**ဆယ်ပါးသီလနှင့် လိင်ဒဏ်** ရှင်သာမဏေများ စောင့်ထိန်းရသော သီလ ဆယ်ပါးအနက် **ပါဏာတိပါတ မှ သုရာ မေရယ**အထိ ရှေ့ သီလငါးပါးတွင် တစ်ပါးပါး ကို ကျူးလွန်လျှင် ခံယူ ဆောက်တည်ထားသော သရဏဂုံ ပျက်စီး သွားပြီ ဖြစ်၍ ရှင်သာမဏေ မဟုတ်တော့၊ လူ ဖြစ်သွားလေပြီ။ သင်္ကန်းဝတ်ထားသဖြင့် ရှင်သာမဏေ၏ အသွင်သာလျှင် ကျန်တော့ ၏။ သင်္ကန်းဝတ်လူ ဖြစ်နေပေပြီ။

**လိင်ပြန်ခြင်း** ထို့ကြောင့် ဤ သင်္ကန်းဝတ်လူကို သူ့မှာ သရဏဂုံရော သီလပါ ပျက်စီးသွားပြီ ဖြစ်၍ သင်္ကန်းနှင့် မထိုက်တန်တော့သဖြင့် လူဝတ်လဲကာ လူ့အသွင်အပြင်သို့ ပြန်လည် ပြောင်းလဲ ပေးရ၏။ ဤ သည်ကိုပင် **လိင်ပြန်သည်**ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြ၏။ လိင် ဆိုသည်မှာ 'အသွင်အပြင်' ဟု အဓိပ္ပာယ် ရ၏။ ထို့ကြောင့် လိင်ပြန်ခြင်းဟူသည် လူ၏ အသွင်အပြင်သို့ ပြန်လည် ပြောင်းလဲ ပေးခြင်းပင် ဖြစ်၏။

**မီးခိုးမရှိလျှင် မီးငြိမ်းကြောင်းသိ** ရှေ့ဖြစ်သော သီလ ငါးပါးမှ တစ်ပါးပါး ပျက်စီးသွားခြင်းကြောင့် ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်မှု သရဏဂုံပါ ပျက်သွား သည့်သဘော ဖြစ်၏။ မှန်ပေသည်၊ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်မှု

မရှိတော့ခြင်းကြောင့်၊ သို့မဟုတ် ယုံကြည်မှု အလွန်အားနည်းသွားခြင်းကြောင့် သီလသိက္ခာကို ဖောက်ဖျက် ကျူးလွန်ခြင်း ဖြစ်သည်ဟု ယူဆနိုင်၏။

ယုံကြည်မှု မရှိခြင်း၊ အလွန်အားနည်းခြင်းသည် အကြောင်း၊ သိက္ခာပုဒ်ကို ကျူးလွန် ဖောက်ဖျက်ခြင်းသည် အကျိုး ဖြစ်၏။ မီးခိုး မရှိတော့၍ မီးငြိမ်းသွားပြီဟု သိရသကဲ့သို့ သိက္ခာပုဒ်ကို ဖောက်ဖျက်ခြင်း ဟူသော အကျိုးကို တွေ့ရသဖြင့် ယုံကြည်ဆည်းကပ်မှု သရဏဂုံ ပျက်သွားပြီ၊ သို့မဟုတ် အလွန်အားနည်းသွားပြီဟု သိနိုင်၏။

**သရဏဂုံ ပြန်ထပ်** တစ်ကြိမ်တစ်ခါ မတော်တဆ ကျူးလွန်မိခြင်းဖြစ်၍ နောင်အခါ၌ မကျူးလွန်မိအောင် စောင့်စည်းလိုစိတ် ထက်သန်သော သူကိုမူ လူဝတ်မလဲစေ၊ လိင်မပြန်စေဘဲ သရဏဂုံ ထပ်မံ ပေးရ၏။ သရဏဂုံဖြင့်ပင် သီလပေးမှုကိစ္စပါ အလိုအလျောက် ပြီးစီးသွားပေပြီ။ သီးခြား ပေးစရာ မလိုတော့ပေ။ သို့သော်လည်း စောင့်စည်းလိုစိတ် ပိုမို ထက်သန်စေရန် သီလ ထပ်မံပေးခြင်းက ပို၍ ကောင်း၏။ ဥပဇ္ဈာယ်ကိုမူ ထပ်မံပေးရမည်။ **(ဝိ-ဋ္ဌ ၃၊ ၂၉၆)**

**နောက် ငါးပါးပျက်လျှင် ဒဏ်** ဆယ်ပါးသီလအနက် **ဝိကာလဘောဇန မှ ဇာတရူပရဇတ** အထိ တစ်ပါးပါး ပျက်စီးလျှင် လိင်ပြန်စေဖို့ မလို၊ ဒဏ်ပေးရ၏။ "ကိုရင်၊ သည်ကျောင်းကို မလာနှင့်"ဟု ပိတ်ပင် တားမြစ်သော **'အာဝရဏဒဏ်'** ကိုဖြစ်စေ၊ အခြားသော သဲဒဏ်၊ ရေဒဏ် စသည် သင့်လျော်သော ဒဏ်ကို ဖြစ်စေ ပေးရ၏။

## လိင်ဆယ်ပါး

အောက်ပါ အချက်တို့တွင် တစ်ချက်ချက်ကို ကျူးလွန်သော ရှင်သာမဏေကို လူဝတ် လဲပေးရ၏။ လိင် ပြန်ပေးရ၏။

၁။ သတ္တဝါ၏ အသက်ကို သတ်ခြင်း။

၂။ သူတစ်ပါး၏ ပစ္စည်းကို မတရားယူခြင်း။

၃။ မမြတ်သော မေထုန်အကျင့်ကို ကျင့်ခြင်း။

၄။ မမှန်သော စကားကို ပြောခြင်း။

၅။ အရက်သေစာ သောက်စားခြင်း။

**(ဤ ငါးချက်သည် ဆယ်ပါးသီလ၌ ပါဝင်ပြီး ဖြစ်၏။)**

၆။ မြတ်စွာဘုရားကို အပြစ်ပြောခြင်း၊ ကဲ့ရဲ့ခြင်း။

၇။ တရားတော်ကို အပြစ်ပြောခြင်း၊ ကဲ့ရဲ့ခြင်း။

၈။ သံဃာတော်ကို အပြစ်ပြောခြင်း၊ ကဲ့ရဲ့ခြင်း။

၉။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အယူ ယူခြင်း။

၁၀။ ဘိက္ခုနီမကို ဖျက်ဆီးခြင်း။

ဤ ဖော်ပြပါ ဆယ်ချက်အနက် တစ်ချက်ချက်ကို ကျူးလွန်လျှင် ရှင်သာမဏေ၏ အသွင်ကိုဖျက်၍ လူဝတ် လဲပေးရလောက်အောင် အပြစ်ကြီးသဖြင့် **'လိင်ကျသည်'** ဟု ပြောကြ၏။

ယင်းဆယ်ချက်အနက် စတုတ္ထအချက်နှင့် ပတ်သက်၍ သတိပြုသင့်သည်မှာ ရယ်စရာအဖြစ် ပြောင်လှောင်၍ လိမ်ညာပြောလျှင်ပင် သီလ ပျက်စီး၍ လိင်ကျသည်ဆိုသော အချက်ပင်။

ပဉ္စမ အချက်၌ အရက်သေစာမှန်းသိလျက် သောက်မှသာ ရှင်သာမဏေ လိင်ကျ၏။ မသိဘဲ သောက်မိလျှင်ကား လိင်မကျပေ။ ရဟန်းတော်များမှမူ မသိဘဲသောက်မိလျှင်လည်း အာပတ်သင့်၏။

(၆–၄ ၃၊ ၂၉၈)

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးတွင် တစ်ပါးပါး၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို ထိပါးပုတ်ခတ်၍ အပြစ်ပြောသော သာမဏေကို ဆရာ ဥပဇ္ဈာယ်တို့က ရတနာသုံးပါးကို အပြစ်ပြောခြင်းကြောင့် ရနိုင်သော ဆိုးကျိုးတို့ကို ပြောပြ၍ အပြစ်မပြောရန် တားမြစ်ရမည်။

ထိုသို့ တားမြစ်ခြင်းကြောင့် အပြစ်ပြောမှုကို ရှောင်ကြဉ်ပါမည် ဆိုလျှင် ထို သာမဏေအား သဲဒဏ် ရေဒဏ် စသည် ပေးပြီးနောက် သံဃာ့အလယ်၌ သူ၏ အပြစ်ကို ထုတ်ဖော် လျှောက်ထား၍ ကန်တော့စေပြီးမှ သရဏဂုံ ပေးရမည်။ သီလပေး၍ ဥပဇ္ဈာယ် ယူစေရမည်။

ထိုသို့ ပြောပြ တားမြစ်ပါလျက် မရှောင်ကြဉ်သော သာမဏေကို လိင်ပြန်ပေးရမည်။ **(ဝိ–ဋ္ဌ ၃၊ ၂၉၆။ ဝိမတိ–ဋီ ၂၊ ၁၁၈)**

**ခြားနားချက်** နောက်ဆုံးအချက်သည် တတိယအချက်တွင် ပါဝင်ပြီး ဖြစ်စေကာမူ အပြစ် အကြီးအသေး အနေဖြင့် ခြားနားသောကြောင့် သီးခြား ပညတ်တော်မူခြင်း ဖြစ်၏။ ခြားနားပုံမှာ တတိယအချက်အရ ဘိက္ခုနီမ မဟုတ်သူ တစ်ဦးဦးနှင့် မမြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သော ရှင်သာမဏေသည် နောက်အခါ စောင့်စည်း လိုစိတ် ထက်သန်လျှင် သရဏဂုံ ပြန်ဆောက်တည်၍ ရှင်သာမဏေ ပြန်ဖြစ်နိုင်၏။ ရဟန်းလည်း ပြုပေးနိုင်၏။ ဘိက္ခုနီမနှင့် မေထုန် ဆက်ဆံသော ရှင်သာမဏေမှာမူ ယခုဘဝ၌ ရှင်သာမဏေ ပြန်ဖြစ်ခွင့် မရှိတော့ပေ။ ရဟန်းဖြစ်ခွင့် မရှိတော့သည်မှာကား ဆိုဖွယ် မလိုတော့ပေ။ (ဝိ–ဋ္ဌ ၃၊ ၂၉၇) သို့သော် ယခုခေတ်၌ ဘိက္ခုနီမ မရှိတော့၍ ယခုခေတ် ကိုရင်များအတွက် ဤအချက်နှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ချရ၏။

## ဒဏ် ဆယ်ပါး

အောက်ပါ အချက် ဆယ်ချက်ကို ကျူးလွန်သော ရှင်သာမဏေသည် အာဝရဏဒဏ်, သဲဒဏ်, ရေဒဏ် စသော ဒဏ်တစ်ခုခုကို ပေးသင့် ပေးထိုက်သူ ဖြစ်၍ ထို သာမဏေအား ဒဏ်ပေးရမည်။ **'ဒဏ်ထိုက်သည်'** ဟု ခေါ်ရ၏။

၁။ နေလွဲ ညစာ စားခြင်း။

၂။ က ဆို တီးမှုတ်ခြင်း၊ ယင်းတို့ကို ကြည့်ရှု နားထောင်ခြင်း။

၃။ ပန်းပန်ခြင်း၊ သနပ်ခါး ပေါင်ဒါ မိတ်ကပ် အမွှေးအကြိုင် လိမ်းကျံ ရှူရှိုက်ခြင်း။

၄။ မြင့်သောနေရာ မြတ်သော နေရာတို့၌ နေထိုင်အိပ်စက်ခြင်း။

၅။ ရွှေ ငွေ ဒင်္ဂါး အကြွေ ငွေစက္ကူတို့ကို ကိုင်ခံခြင်း။

**( ဤ ငါးပါးမှာ ဆယ်ပါး သီလတွင် ပါဝင်ပြီး ဖြစ်၏။)**

၆။ ရဟန်းတော်များ လာဘ် မရအောင် အားထုတ်ခြင်း။

၇။ ရဟန်းတော်များ အကျိုးပျက်စီးအောင် အားထုတ်ခြင်း။

၈။ ရဟန်းတော်များ နေမြဲကျောင်း၌ မနေရအောင် အားထုတ်ခြင်း။

၉။ ရဟန်းတော်များကို ဆဲရေးခြင်း၊ ခြိမ်းခြောက်ခြင်း။

၁၀။ ရဟန်း အချင်းချင်း ကွဲပြားအောင် ကုန်းတိုက်ခြင်း။

## ပစ္စည်းလေးပါး ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်ရန်

**သင်္ကန်း:** ချမ်း ပူ ကို ဖျက်၊ ခြင် မှက် လေ နေ၊ ကင်း မြွေ လွှဲသုန်၊ ဟိရီဂုဏ်ကို၊ ကုန်စေတတ်စွာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါကို၊ လုံပါစေလို၊ ကိုယ်ကို စံပယ်၊ ဆင်ပြင်မယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်မသန်း၊ ဤ သင်္ကန်းကို၊ ဖုံးလွှမ်း သုံးဆောင်ပါသတည်း။

**ဆွမ်း:** ဤသည့် စားဖွယ်၊ အမယ်မယ်ကို၊ မြူးရယ်မာန်ကြွ၊ လှပရေဆင်း၊ ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှာ၊ မသုံးပါဘူး၊ လေးဖြာဓာတ်ဆောင်၊ ဤ ကိုယ်ကောင်သည်၊ ရှည်အောင်တည်လျက်၊ အသက်မျှတမ်း၊ မမောပန်းငြား၊ ဘုရားသာသနာ၊ ကျင့်နှစ်ဖြာကို၊ ကျင့်ပါနိုင်စေ၊ ဝေဒနာဟောင်းသစ်၊ မဖြစ်စေရ၊ ယာပိုထ် မျှလစ်၊ ခပ်သိမ်းပြစ်ကို၊ မဖြစ်လေအောင်၊ ချမ်းမြေ့အောင်ဟု၊ သုံးဆောင်မှီဝဲပါသတည်း။

**ကျောင်း:** ချမ်းပူကို ဖျက်၊ ခြင် မှက် လေ နေ၊ ကင်း မြွေ ဝေးမှု၊ ဥတု ဘေးဘျမ်း၊ မသန်းကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်ကြောင်း၊ နေရာကျောင်းကို ကိန်းအောင်း မှီခိုပါသတည်း။

**ဆေး:** ကျင်နာခံခက်၊ နှိပ်စက်ဖိစီး၊ ဖြစ်ပြီးဖြစ်လာ၊ ဝေဒနာကို၊ စွန့်ခွာပယ်လျှင်း၊ ဆင်းရဲကင်း၍၊ လူမင်းမြတ်စွာ၊ သာသနာကို၊ ကြည်သာရွှင်လန်း၊ ကျင့်ဖြည့်စွမ်းနိုင်ဖို့၊ ရည်မှန်း သုံးဆောင်ပါသတည်း။

**အခြား အသုံးအဆောင်များ** ဖိနပ် ဆိမီး၊ ထီး တောင်ဝှေးစ၊ ဟူသမျှကို၊ အေးမြ ချမ်းပူ၊ မြေငူသစ်ငုတ်၊ ခလုတ် ဆူးငြောင့်၊ မနှောင့် ဘေးဘျမ်း၊ မသန်းကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်၍၊ အားအင်ပြည့်မာ၊ သာသနာကို၊ ကောင်းစွာ ကျင့်ဆောင်၊ ဖြည့်နိုင်အောင်ဟု၊ သုံးဆောင် မှီဝဲပါသတည်း။

## ဆင်ခြင်ရမည့် အချိန်

ဤ ပစ္စည်းလေးပါးကို ဆင်ခြင် သုံးစွဲရာတွင် သင်္ကန်းကို ပြင်ဝတ်တိုင်း၊ ဆွမ်းကို ဆွမ်းလုပ်တိုင်း၊ ကျောင်းကို ကျောင်းဆောင်ထဲ ဝင်တိုင်း ထွက်တိုင်း၊ ဆေးဝါးကို သုံးဆောင်တိုင်း ဆင်ခြင်ရ၏။ ထို့သို့မှ မဆင်ခြင်နိုင်လျှင် အနည်းဆုံး တစ်နေ့ တစ်ကြိမ်တော့ ဆင်ခြင်ရ၏။

## ယောဂီများ ပစ္စဝေက္ခဏာ အကျဉ်းချုပ် ဆင်ခြင်ရန်

**အဝတ်အထည်** ဤ အဝတ်အထည်တို့ကို တင့်တယ်လှပအောင် ဝတ်ဆင်ခြင်း မဟုတ်ပါ။ ဖုံးလွှမ်းသင့်သည့် ကိုယ်အင်္ဂါတို့ကို ဖုံးလွှမ်းနိုင်ရန်၊ ကျန်းမာရေး မပျက်ရအောင် အအေးအပူ ဥတုဒဏ်ကို ကာကွယ်တားဆီးနိုင်ရန်၊ မှက်၊ ခြင်၊ ယင်၊ မြွေ၊ ကင်း၊ သန်းတို့ မထိပါး မကိုက်ခဲနိုင်စေရန်နှင့် အနေအထိုင်မျှတ ကျန်းမာရေးရ၍ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား ညွှန်ကြား ဆုံးမတော်မူသော သီလ သမာဓိ ပညာ သိက္ခာသုံးပါးကို ကြိုးစား ဖြည့်ကျင့်နိုင်ရန် ဝတ်ဆင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

**အစာအာဟာရ** ဤ အစာအာဟာရကို အားအင် ပြည့်ဖြိုးရန်၊ တင့်တယ်လှပရန်၊ ပျော်ရွှင်မြူးထူးရန် သုံးဆောင်ခြင်း မဟုတ်ပါ။ ခါတ်လေးပါး အစုအဝေးဖြစ်သော ဤ ခန္ဓာကိုယ်သည် ကျန်းမာမှုတစ္စာ အရှည်တည်တံ့၍ မြတ်ဘုရားသာသနာကျင့်နှစ်ဖြာကို ကျင့်ပါနိုင်စေ ဝေဒနာဟောင်းသစ် မဖြစ်စေရန် ရည်သန်လျက် သုံးဆောင်မှီဝဲခြင်းဖြစ်ပါသည်။

**ကျောင်းအဆောက်အအုံ** ဤ ကျောင်း အဆောက်အအုံကို ကျန်းမာရေး မပျက်ရအောင် အအေးအပူ ဥတုဒဏ်ကို ကာကွယ်နိုင်ရန်၊ မှက်၊ ခြင်၊ ယင်၊ မြွေ၊ ကင်း၊ သန်းတို့ မထိပါး မကိုက်ခဲနိုင်စေရန် နှင့် အနေအထိုင် မျှတ၊ ကျန်းမာရေး ရ၍ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ သုံးပါး သာသနာ သုံးသိက္ခာကို ကောင်းစွာ ဖြည့်ကျင့်နိုင်ရန် အသုံးပြုနေထိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

**ဆေးဝါး** ဤဆေးဝါးကို ရောဂါဝေဒနာကင်းရှင်း ကျန်းမာခြင်း ပြည့်စုံ၍ သုံးဘုံထွတ်ထား မြတ်ဘုရား၏ သုံးပါး သာသနာ သုံးသိက္ခာကို ကောင်းစွာ ဖြည့်ကျင့်နိုင်ရန် သုံးဆောင်မှီဝဲခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

## အခန်း (၁၇)

# ဘာသာတရားများ

**နှိုင်းယှဉ်ကြည့်တတ်ရန်** ဤ အခန်း၌ ထင်ရှားသော ဘာသာကြီးများ၏ အကြောင်းကို အခြေခံသဘောမျှ အနည်းငယ်စီ ဖော်ပြသင့်သည်ဟု ထင်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ ကလေးသူငယ်များ ငယ်စဉ်ကစ၍ ဘာသာတရား တစ်ခုနှင့်တစ်ခု နှိုင်းယှဉ်လေ့လာပြီးလျှင် ဆင်ခြင်သုံးသပ်သည့် ဉာဏ် ရင့်သန်လာကာ အမှားအမှန်ကို ဝေဖန် ခွဲခြားတတ်စေလိုသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

## ဟိန္ဒူဘာသာ

**တည်ထောင်သူ** – ?

**စတင်ပေါ်ပေါက်ချိန်** – **ခရစ်မပေါ်မီနှစ် ၁၅၀၀ ခန့်**

**စတင်ပေါ်ပေါက်ရာဌာန** – **အိန္ဒိယပြည်**

**ဘာသာ၏ အထွတ်အထိပ် ပုဂ္ဂိုလ်** – ဗြဟ္မာ၊ ဗိဿနိုး၊ သိဝ

**ပဓာန ကျမ်းဂန်** – ဝေဒ ကျမ်းများ၊ ဥပနိသျှဒ်ကျမ်းများ၊ ရာမာယန၊ မဟာဘာရတ၊ ဘဂဝဒ်ဂီတ

**အခြေခံ ယုံကြည်ချက်များ** ကမ္ဘာလောကနှင့် သတ္တဝါများကို **ဗြဟ္မာ** က ဖန်ဆင်းသည်။ **ဗိဿနိုး** က ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သည်။ **သိဝ** က ဖျက်ဆီးသည်။ ဗြဟ္မာကြီး၏ ကြင်ယာတော်က **သူရဿတီ**၊ ဗိဿနိုး၏ ကြင်ယာတော်က **လက္ခမီ**၊ သိဝ ၏ ကြင်ယာတော်က **ပဗ္ဗတီ** အသီးသီး ဖြစ်ကြသည်။

**ဗြဟ္မာ** ဆိုသည်မှာ ပရမအတ္တပင်။ **ပရမအတ္တ**သည် ကမ္ဘာလောကနှင့် သတ္တဝါများကို ဖန်ဆင်းသည်။ ထို့ကြောင့် အတ္တသည် အရာတိုင်းတွင် ပျံ့နှံ့လျက် တည်ရှိ၏။ လောကသည် အတ္တ၊ လောကသည် ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါသည် အတ္တ၊ သတ္တဝါသည် ဗြဟ္မာ၊ "သင်သည် အတ္တ ဖြစ်၏၊ သင်သည် ဗြဟ္မာဖြစ်၏။" ဖန်ဆင်းရှင် အတ္တ ကို **ပရမအတ္တ**၊ သတ္တဝါတို့ သန္တာန်၌ တည်သော အတ္တကို **ဇီဝအတ္တ** ဟု ခွဲခြားရ၏။ (မြန်မာ လူမျိုးတို့က

**အသက်၊ ဝိညာဉ်** ဟု ခေါ်သော အရာကို ဟိန္ဒူက **ဇီဝအတ္တ** ဟု ခေါ်ခြင်းပင်။)

အတ္တသည် အမြတ်ဆုံး ဖြစ်၏။ မပျက်မစီး အမြဲ တည်၏။ သတ္တဝါ သေသော်လည်း အတ္တက မပျက်စီးဘဲ သေသော သတ္တဝါ၏ ခန္ဓာကိုယ်မှ ထွက်ခွာ၍ နောက်ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုထဲသို့ ကူးပြောင်း တည်နေကာ နောက်တစ်ဘဝ စခန်းသွား၏။ **ဤနည်းဖြင့် တစ်ဘဝပြီး တစ်ဘဝ ကူးပြောင်းကာ အတ္တသည် သံသရာ လည်နေ၏။**

ယင်းသို့ သံသရာလည်နေခြင်းမှာ အတ္တကို လောဘ စသော ကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေ ကပ်ငြိနေ၍ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံတွေကို ပြုနေသောကြောင့် ဖြစ်၏။ ထို ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံတို့၏ အကျိုးကို နောက်ဘဝ၌ အတ္တကပင် ခံစား၏။

အတ္တမှ ကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေ စင်ကြယ်သွားစေရန် **ဂင်္ဂါမြစ်** အတွင်း၌ ရေချိုးရ၏။ **ဂင်္ဂါမြစ်**သည် **ဟိမဝန္တာကေလာသ** တောင်ထိပ်တွင် တရားထိုင်နေသော **သိဝ** နတ်မင်းကြီး၏ ဆံထုံးမှစ၍ စီးဆင်းလာသောကြောင့် မြတ်သောမြစ် ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ဂင်္ဂါမြစ်၌ ရေချိုးလျှင် ကိလေသာ စင်ကြယ်၏။

**ယောဂ** ခေါ်သည့် သမထ အလုပ်ကို အားထုတ်ခြင်းဖြင့် လည်း ကိလေသာကို စင်ကြယ်စေ၏။ ယောဂ အကျင့်၏ စွမ်းအားဖြင့် အတ္တမှ ကိလေသာတွေ စင်ကြယ်သွားသောအခါ အတ္တသည် ဖြူစင် တောက်ပြောင်လာပြီးလျှင် ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံတွေကို မပြုတော့သဖြင့် သံသရာမှ လွတ်မြောက်၍ ပရမအတ္တနှင့် ပြန်လည် ပေါင်းဆုံကာ **မောက္ခ**(နိဗ္ဗာန်) ကို ရသွား၏။

**ပေါ်ပေါက်လာပုံ** ဟိန္ဒူဘာသာ ကို မည်သည့် အချိန်က စတင် ပေါ်ပေါက်လာသည်ဟု ပြောရန် မလွယ်ကူပေ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ယင်း ဘာသာ အခြေခံရာ ဖြစ်သည့် ဣရဝေဒ (ရိုဂ်ဝေဒ)၊ ယဇုဝေဒ၊ သာမဒေဝ၊ အာထဗ္ဗဏဝေဒ ဟူသော ဝေဒကျမ်းဂန်တို့ ပေါ်ထွန်းရာ ခေတ်ကို တိကျစွာ သတ်မှတ်ဖို့ ခဲယဉ်းသောကြောင့်ပင်။ ထိုကျမ်းတို့၏ ခေတ်ကို အစောဆုံး ခရစ်မပေါ်မီ(ဘီစီ) နှစ် ၆၀၀၀ မှ နောက်အကျဆုံး နှစ် ၇၀၀ အထိ ခန့်မှန်းကြ၏။ သို့သော် ခရစ်မပေါ်မီ နှစ် ၁၅၀၀ ခန့်ဟု ခန့်မှန်းသူပညာရှင်များက အများစု ဖြစ်၏။

ထိုခန့်မှန်းချက်ကို အတည်ပြုလျှင် ဟိန္ဒူဘာသာ၏ သက်တမ်းသည် ခရစ်မပေါ်မီ(ဘီစီ) နှစ်ပေါင်း ၁၅၀၀၊ ခရစ်ပေါ်ပြီးနောက်(အေဒီ) နှစ်ပေါင်း ၁၉၈၄၊ နှစ်ရပ်ပေါင်းလျှင် ၃၄၈၄ နှစ် ကြာခဲ့ပြီဟု ဆိုရပေလိမ့်မည်။ [ဤ ကျမ်းစာကို ၁၉၈၄ ခုနှစ်၌ စ,တင် ထုတ်ဝေသည်။]

ဟိန္ဒူဘာသာသည်(ဘီစီ) ၁၅၀၀ ခန့်က အာရှတိုက် အလယ်ပိုင်းမှ ရွှေ့ပြောင်းလာ၍ အိန္ဒိယပြည် အရှေ့မြောက်ပိုင်း၌ ဝင်ရောက်နေထိုင်သော **အရိယန်** လူမျိုးတို့၏ ဝေဒကျမ်းများ၌ အခြေခံသည်ဟု ယုံကြည်ကြ၏။ ထို ဝေဒကျမ်းများကို ရေးသားသူကား မထင်မရှားပေ။ အချို့ ဟိန္ဒူများ၊ ဗြဟ္မဏများက ဝေဒကျမ်းများသည် လူသား တစ်ဦးဦး၏ လက်ရာမဟုတ်၊ ဖန်ဆင်းရှင် မဟာဗြဟ္မာ၏ တန်ခိုးကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ကျမ်းများဖြစ်ကြောင်း ယုံကြည်ကြ၏။

**ရှေးကနှင့် မတူတော့** ဝေဒကျမ်းများ၌ အခြေခံခဲ့သော **ဟိန္ဒူ=ဗြဟ္မဏ** ဘာသာသည် နှစ်ပေါင်းများစွာ ခေတ် အဆက်ဆက်ကို ဖြတ်သန်းလာခဲ့ရသဖြင့် ယခုခေတ် ဟိန္ဒူတို့ ယုံကြည်ကိုးကွယ်သော ဟိန္ဒူဘာသာသည် **ဝေဒခေတ်** ဘာသာတရားနှင့် အတော်ကြီး ခြားနားနေပြီဖြစ်၏။ **ဝေဒခေတ်၌ ဣန္ဒြ၊ အဂ္ဂိနိ၊ ဝရုဏ** စသော နတ်တို့အား ယဇ်ပူဇော်ခြင်း၊ ဂါထာရွတ်ခြင်းကို အလေးပေးထားသော်လည်း **ဥပနိသျှဒ်**စသော နောက်ပေါ် ဘာသာရေးကျမ်းများက ယဇ်ပူဇော်ခြင်း၊ ဂါထာရွတ်ခြင်းသည် အရေးမကြီး။ **ဗြဟ္မာ=အတ္တ**ကို မြင်အောင် ကြည့်နိုင်ဖို့သာ အရေးကြီးကြောင်း၊ ယဇ်ပူဇော်ခြင်း၊ ဂါထာရွတ်ခြင်း၊ ယဇ်သီချင်း ဆိုခြင်းဖြင့် မှန်မြတ်လှသော **အတ္တ**ကို မတွေ့နိုင် မမြင်နိုင်ကြောင်း ဖော်ပြကြ၏။

**ဘဂဝဒ်ဂီတ** **မဟာဘာရတ** ၏ အစိတ်အပိုင်း ဖြစ်သော **ဘဂဝဒ်ဂီတကျမ်း** ၌လည်း အတ္တ၏ သဘောသဘာဝကို ပို၍ ပေါ်လွင်အောင် နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ရှင်းလင်းဖွင့်ဆိုထား၏။ အမွှန်းတင်ထား၏။ ထို့ကြောင့် **ဘဂဝဒ်ဂီတ ကဗျာကျမ်း**သည် ယခုခေတ် ဟိန္ဒူဘာသာဝင်တို့ အရိုသေဆုံး အမြတ်နိုးဆုံး ဦးထိပ်ထက် ပန်ဆင်ထားသော ကျမ်းဖြစ်၏။

**တစ်ဆူတည်းမှ ကိုယ်ပွါး သုံးဆူ** ဝေဒကျမ်းများ၌ **ဗိဿနိုး၊ သိဝ**(ရုဒြ)၊ **ဗြဟ္မာ** တို့သည် အလွန်ကြီး အရေးမပါကြ။ တလုံးတစည်းတည်းလည်း မဟုတ်ကြပေ။ **ခရစ်ပေါ်ပြီးနောက်** နှစ်ပေါင်း ၄၀၀ ခန့်၌ ပေါ်ထွန်းလာသော

**ဂုတ္တ**မင်းဆက်မှ စ၍ **ဗြဟ္မာ၊ ဗိဿနိုး၊ သိဝ** တို့ကို တလုံးတစည်းတည်း ပေါင်းစည်း ကိုးကွယ်လာရုံမျှမက တစ်ဆူတည်းသော တန်ခိုးရှင်ဘုရားကြီး၏ **ကိုယ်ပွါးသုံးဆူ** ဟုပင် ယုံကြည်လာကြ၏။

လက်ဦးတွင် ဖန်ဆင်းရှင် **ဗြဟ္မာ**ကို ပို၍ အလေးအမြတ်ထားရာမှ ခေတ်အဆက်ဆက် ဖြတ်သန်းလာရာက တဖြည်းဖြည်း **ဗြဟ္မာ**၏ အခန်းကဏ္ဍ မှေးမှိန်လာကာ **ဗိဿနိုး**ကို အမြတ်နိုးဆုံး ကိုးကွယ်လာကြ၏။ **ရာမာယနကျမ်း** ပေါ်လာပြီးနောက် ၌မူ ဗိဿနိုးသည် လူ့လောကအတွင်းသို့ **"ဘုရားဝင်စား"**အဖြစ် အသွင်အမျိုးမျိုးဖြင့် ဝင်ကာ လောကအကျိုးကို ဆောင်လာသည်အထိ ယုံကြည်ကြ၏။

**ဘုရား ဝင်စား အဝတာရများ** — **ဗိဿနိုး** နတ်ဘုရား ဝင်စားသော **ဘုရားဝင်စား=အဝတာရ** ၉ ဦး ရှိ၏။ တစ်ဦးမှာ **ရာမ** ဖြစ်၏။ **ဂေါတမဗုဒ္ဓ** ကိုလည်း **နဝမအဝတာရ** ဟု ဟိန္ဒူတို့က ယူဆကြ၏။ ရံဖန်ရံခါ **ဗိဿနိုး**ဘုရားသည် ငါး အဖြစ်၊ ဝက် အဖြစ်၊ လိပ် အဖြစ်၊ မနုဿသီဟ=လူခြင်္သေ့ အဖြစ်ဖြင့် ဝင်စားကာ လောကကို ကယ်တင်၏။ **မဟာဘာရတကျမ်း**တွင် **ကရစ်ရှနား** အဖြစ် ဝင်စားပြီးလျှင် **အဇ္ဇုနနှင့် ယုဓိဋ္ဌိလ** တို့၏ စစ်ပွဲ၌ သွေးရင်းသားရင်းချင်း သတ်ဖြတ်ရမည် ဖြစ်၍ စစ်မတိုက်ချင်သော **အဇ္ဇုန**ကို **ဗိဿနိုး**ဝင်စားသော **ကရစ်ရှနား**ဘုရားက စစ်ရထားမောင်းပေးရင်း အတ္တ အခြေခံကာ စစ်တရား ဟောခဲ့၏။ ထိုတရားဒေသနာတော်သည်ပင် **ဘဂဝဒ်ဂီတ ပိဋကတ်တော်** အဖြစ်ဖြင့် ဟိန္ဒူဘာသာဝင်တို့၏ ဦးထိပ်ထက်သို့ ရောက်လာခြင်းဖြစ်၏။

**မပြောင်းလဲသေးသော တရား** ဝေဒခေတ်မှ အခြေခံခဲ့သော ဘာသာရေး အယူအဆ အများ အပြား ပြောင်းလဲခဲ့သော်လည်း ထိုခေတ်မှစ၍ ယနေ့ထိ မပြောင်းလဲသေးသော အယူအဆ တစ်ခုကား ရှိပါသေးသည်။ ယင်းမှာ **ဇာတ်ဝါဒ**ပင် ဖြစ်၏။ ဤ အမျိုးဇာတ် အနိမ့်အမြင့် ခွဲခြားသည့် ဝါဒသည် **ဗြဟ္မဏ=ဟိန္ဒူဘာသာ**မှ တပါး တစ်ခြား မည်သည့် ဘာသာတရားမှာမျှ မရှိပေ။ ဤ ဇာတ် ခွဲခြားရေးဝါဒမှာ **ဟိန္ဒူဘာသာ၏ ထူးခြားသော လက္ခဏာ** တစ်ရပ် ဖြစ်ပေသည်။

**ဝေဒကျမ်းဂန်များ** ၌ လူကို **ဗြဟ္မဏ၊ ခတ္တိယ၊ ဝေဿ၊ သုဒ္ဒ** အမျိုးဇာတ် လေးပါး ခွဲခြားထား၏။ **ဗြဟ္မဏ=ပုဏ္ဏားမျိုး**သည် ဗြဟ္မာ၏ ခံတွင်းမှ ဖွား၍ အမြတ်ဆုံး ဖြစ်သည်ဟု ဆို၏။ **ခတ္တိယ=မင်းမျိုး**သည် လက်မောင်းမှ ဖွား၏။ **ဝေဿ=ကုန်သည် လယ်လုပ်မျိုး**သည် ပေါင်မှ ဖွား၏။ **သုဒ္ဒ=**အမှိုက်သိမ်းသမား ဖိနပ်ချုပ်သမား စသော **လူဆင်းရဲမျိုး**သည် ဗြဟ္မာ၏ ခြေဖဝါးမှ ဖွားသောကြောင့် အနိမ့်ဆုံး အယုတ်ဆုံးဇာတ် ဖြစ်သည်ဟု ဆို၏။

ဇာတ်မြင့်သူက နိမ့်သူကို နှိမ်၏။ အထင်သေး၏။ လူမှု ဆက်ဆံရေး ဘာတစ်ခုမှ မလုပ်။ ဇာတ်နိမ့်သူကို မြင်တွေ့ နေရတာ သည်ပင် အမင်္ဂလာကြီး ဖြစ်နေ၏။ သူတောင်းစား **မာတင်္ဂ** ကို မြင်ရ၍ **ဒိဋ္ဌမင်္ဂလိကာ** အမင်္ဂလာ ဖြစ်သွားသဖြင့် ခေါင်းလျှော်ပစ်၊ ရေချိုးပစ်ကာ မင်္ဂလာသစ် တင်လိုက်ရ၏။

ယခုခေတ်မှာမူဇာတ် ၄ မျိုး မကတော့ဘဲအမျိုးဇာတ်ပေါင်း ၂၀၀၀ ခန့် ရှိနေပြီဟု သိရ၏။ **Outcasts, Untouchables** ခေါ်သည့်

မထိကောင်းသော **ဇာတ်မဲ့များ** လည်း ရှိသေးသည်။ ဤ ဇာတ်မဲ့တို့ကို ဇာတ်ရှိ ဇာတ်မြင့်တို့က မတော်တဆ ထိမိလျှင် ထိမိသူမှာ သနသွားသည်ဟု ယုံကြည်ကြ၏။

• • • • • • • • • • • • • • • • •

## ဇိုရိုအက်စတား ဘာသာ

**တည်ထောင်သူ** – ပါရှင်းလူမျိုး၊ ဇိုရိုအက်စတား (ဇရတုတ္တရ)။

**မွေးဖွားသည့်နှစ်** – ခရစ်မပေါ်မီ ၆၁၈ ခုနှစ် (ဘီစီ ၆၁၈)။

**တည်ထောင်သည့်နှစ်** – ခရစ်မပေါ်မီ ၅၈၈ ခုနှစ် (ဘီစီ ၅၈၈)။

**ကွယ်လွန်သည့်နှစ်** – ခရစ်မပေါ်မီ ၅၄၁ ခုနှစ် (ဘီစီ၅၄၁)။

**စတင်ပေါ်ပေါက်သည့်ဌာန** – ပါရှားနိုင်ငံ (အီရန်နိုင်ငံ)။

**ဘာသာ၏ အထွတ်အထိပ်ပုဂ္ဂိုလ်** – **အဟုရ မဇဒါဘုရား။**

**ပမာနကျမ်းဂန်** – **အဇက်စတာကျမ်း (အဝေဿကျမ်း)။**

**အခြေခံ ယုံကြည်ချက်များ** လောကကြီးနှင့် သတ္တဝါများကို **အဟုရ မဇဒါဘုရား** သခင်က ဖန်ဆင်းသည်။ ထို ဘုရားသခင်ကို "ပညာတော်ရှင် ဘုရားသခင်" ဟု ခေါ်သည်။ သို့သော် သူသည် အကောင်အထည် အနေဖြင့် ထင်ရှား မရှိပေ။ သို့ဖြစ်၍ သူ့ကို မြင်လို့ မရ၊ ကြားလို့မရ၊ ထိတွေ့

စမ်းသပ်လို့ မရပေ။ သူ၏ ကောင်းသော အလုပ်တွေကို ကြည့်ခြင်းဖြင့်သာ သူ့ကို သိနိုင်သည်။

**အဟုရမဇဒါဘုရား** သည် ကောင်းသော အပြစ်ကင်းသော အရာများကိုသာ ဖန်ဆင်းသည်။ မကောင်းသော အပြစ်မကင်းသော အရာများကိုမူ **အင်္ဂရမည်ုဘုရား** က ဖန်ဆင်းသည်။ ထို့ကြောင့် **ဇိုရိုအက်စတား** ဘာသာ၌ ဖန်ဆင်းရှင် ဘုရား နှစ်ဆူရှိသည်။ သို့သော်လည်း **အဟုရမဇဒါဘုရား** တစ်ဆူတည်းကိုသာ ကိုးကွယ်ရမည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် နောက်ဆုံးတွင် အပြစ်ကင်းသော အမှု သုစရိုက်တရားတွေက အပြစ်မကင်းသော အမှု ဒုစရိုက် တရားတွေကို လွှမ်းမိုး နိုင်နင်းသွားမည် ဖြစ်သောကြောင့်ပင်။

**ဟိန္ဒူ**ဘာသာ၊ **အစ္စလာမ်**ဘာသာ၊ **ဂျူး**ဘာသာ၊ **ခရစ်ယာန်** ဘာသာများလိုပင် **ဇိုရိုအက်စတား** ဘာသာသည် ဖန်ဆင်းရှင်ကို ယုံကြည်သည်။ ဖန်ဆင်းရှင်က တစ်နေ့နေ့တွင် သတ္တဝါတွေကို တရား ဆုံးဖြတ်ပေးလိမ့်မည်ဟု တရားဆုံးဖြတ် ပေးမည့်နေ့ကို ယုံကြည်သည်။

**မီးကို ကိုးကွယ်သူများ** သုစရိုက်နှင့် ဒုစရိုက်၊ ကံ ကံ၏အကျိုးနှင့် တမလွန်ဘဝ၊ ကောင်းကင်ဘုံနှင့် ငရဲပြည်တို့ကိုလည်း ယုံကြည်ကြသည်။ မြေ၊ ရေ၊ မီး တို့ကို မြင့်မြတ်သော ကိုးကွယ်ရာများအဖြစ် ယုံကြည် ယူဆသည်။ အိန္ဒိယပြည် ဘုံဘေမြို့၌ ဇိုရိုအက်စတား ဘာသာဝင် **ဖာရစီ**များ အမြောက်အမြား ရှိရာ သူတို့၏ ဘုရားကျောင်းများ၌ မီးကို

ထွန်းညှိထားကာ ကိုးကွယ်ကြသည်။ ထိုမီးကို ဘယ်အခါမျှ မငြိမ်းစေရ၊ အမြဲ တောက်နေအောင် စီမံရသည်။ မီးဘုရားကို ရှိခိုးကြသည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့ကို **မီး ကိုးကွယ်သူများ** ဟုလည်း ခေါ်ကြသည်။

**အသုဘချဖို့ ခက်သူများ** သူတို့သည် ရေ၊ မြေ၊ မီး တို့ကို ကိုးကွယ်ကြသဖြင့် သူတို့ သေလျှင် အသုဘချဖို့ရာ အတော်အခက်အခဲတွေ့ကြရသည်။ အလောင်းကို မြေမှာ မြှုပ်လျှင် မြေ ညစ်ညမ်းသွားမည်ကို စိုးရိမ်ကြသည်။ ရေထဲမျှောပြန်လျှင်လည်း ရေ ညစ်ညမ်းသွားပေဦးမည်။ ထို့ကြောင့် အသုဘကောင်ကို မြေလည်း မမြှုပ်၊ ရေလည်း မမျှော၊ မီးလည်း မသင်္ဂြိုဟ်ဘဲ မီးခိုးခေါင်းတိုင်ကြီးတွေလို မြင့်မားသောစင်ကြီးများ ဆောက်၍ ထို စင်ကြီးများပေါ်၌ တင်ထားရသည်။ လင်းတများနှင့် အခြား သားစားငှက်များ လာ၍ စားသောက်ကာ အလောင်းကောင်ကို ရှင်းပစ်ကြသည်။ ယင်း စင်ကြီးများကို **"ဆိတ်ငြိမ်စင်"** ဟု ခေါ်ကြသည်။

**ပေါ်ပေါက်လာပုံ** **ပါရှား (အီရန်)** ပြည်သည် **ဇိုရိုအက်စတား** မပေါ်ပေါက်မီက နေ ဘုရား၊ လ ဘုရား၊ ကြယ် ဘုရား၊ တော ဘုရား၊ တောင် ဘုရား **စသည်တွေကို** ရုပ်တုများနှင့်တကွ ကိုးကွယ်ကြသည်။ ကိုးကွယ်ရေး **အသိဉာဏ်** မဖွံ့ဖြိုးကြသေးချေ။ ဘုရင့် နန်းတော်တွင်လည်း **ပညာရှိအမတ်** ဆိုသူများ၊ ယဇ်ပုရောဟိတ်များ၊ မှော်ဆရာများ ခြေချင်းလိမ်နေကြသည်။

ပြည်သူလူထု၏ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း လုပ်ငန်းများ မှာလည်း ရိုးရိုးပင် ဖြစ်သည်။ ကောက်ပဲသီးနှံ ထွန်ယက် စိုက်ပျိုးသည်။ နွား၊ ဆိတ်၊ သိုး မွေးမြူရေး လုပ်ကြသည်။ လူအများ ဆင်းရဲကြသည်။

**ကယ်တင်လိုသူ** **ဇိုရိုအက်စတား**သည် လယ်သမားသားဖြစ်သော်လည်း သူ့နိုင်ငံ၏ ဘာသာရေး ကိုးကွယ်မှုကိုလည်း မနှစ်မြို့၊ ဆင်းရဲလှသော လုပ်သား ပြည်သူများကိုလည်း မကြည့်ရက်။ ရောဂါဘယ ထူပြောလှ၍ သေကြ ကြေကြသည်ကိုလည်း မမြင်လို။ ထို့ကြောင့် သည်ဆင်းရဲ ဒုက္ခများမှ သူ့မျိုးသူ့ဆွေ **ပါရှင်း** လူမျိုးတွေကို ဘယ်လိုကယ်တင် ရပါမည်နည်း ဆိုသည်ကိုသာ အချိန်နှင့်အမျှ စဉ်းစား ကြံစည်နေ၏။

သူ ငယ်စဉ်က ကျောင်းတွင် သင်ယူခဲ့သော ဘာသာရေး၊ စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေးနှင့် ဆေးပညာများကလည်း သူ လိုချင်နေသည့် အသိပညာကို ရရေး၌ အထောက်အကူ မဖြစ်ပေ။ သူ ၁၅ နှစ် အရွယ်က အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံ ဖြစ်သည့် **တူရင်** နိုင်ငံ က သူ့တိုင်းပြည်ကို ဝင်ရောက် ကျူးကျော်လာ၏။ **ဇိုရိုအက်စတား**သည် အခြား မျိုးချစ်များနှင့် အတူ တပ်မတော်ထဲသို့ ဝင်ပြီးလျှင် ကျူးကျော်သူကို အပြီးတိုင် ချေမှုန်းခဲ့၏။ တပ်ထဲတွင် ဘဝပေး အသိပညာကို သူ အတော် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ရခဲ့၏။ စစ်ပြီးပြန်တော့ တစ်နိုင်ငံလုံး ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးသည့် ဒုဗ္ဘိက္ခန္တရကပ်ကြီး ဆိုက်ပြန်ရာ ငတ်သူ၊ ပြတ်သူ၊ ရောဂါဝေဒနာ ခံစားရသူတို့ အကြား၌ **ဇိုရိုအက်စတား**

လူမှု အကျိုးပြု အလုပ်တွေနှင့် ၅ နှစ်တိုင်တိုင် မအားခဲ့ရပေ။ ဤတွင်လည်း အသိပညာတွေ တိုးတက်၍ ရခဲ့ပြန်၏။

သို့သော် ဤ အသိပညာတွေသည် **ပါရှင်း** တစ်မျိုးသားလုံးကို ဆင်းရဲမှ ကယ်တင်နိုင်ဖို့ရာ လုံလောက်သော အသိပညာတွေ မဟုတ်ပေ။

သို့ဖြင့် သူ့အသက် ၃၀ တွင် သူ့ဇနီးကို ပန်ကြားပြီးလျှင် လူသူ အရောက်အပေါက်နည်းရာ **ဆဗာလန်တောင်ဆီကို** ထွက်ခဲ့လေသည်။ သူသည် **ဆဗာလန်** တောင်ပေါ်၌ အကောင်း**နှင့်** အဆိုးတို့၏ အကြောင်းရင်း အခြေခံကို လပေါင်းများစွာ **ဆင်ခြင်** သုံးသပ် ဝေဖန်ကြည့်နေ၏။

နောက်ဆုံးတွင် သူလိုချင်သည့် အသိပညာကို သူ **ရသွား** လေသည်။ လောကကြီးမှာ **ဒွန္ဒ** သဘောမှ တစ်ပါး **တစ်ခြား** ဘာမျှ မရှိ။ ယင်း **ဒွန္ဒ** သဘောသည် မည်သည့်အခါမျှ မပြောင်း**လဲ**၊ မြဲ၏။ အကောင်းနှင့် အဆိုး၊ အကြောင်းနှင့် အကျိုး၊ **အမှားနှင့် အမှန်**၊ နှစ်ခု တစ်စုံ ချည်းသာ ဖြစ်၏။ အကောင်းသည် အမြဲ **ကောင်း**နေ၏။ မည်သည့်အခါမျှ အဆိုး မဖြစ်နိုင်။ အဆိုးလည်း ထို့အတူပင်။

**ဘာသာတရားတစ်ခု ပေါ်ပြန်ပြီ**

**ဇိုရိုအက်စတား** သည် သူရသော တရားကို သူကျေနပ်လှ၍ အိမ်သို့ ပြန်ပြီးလျှင် သူ၏ လက်သစ်တရားကို သူ့မိသားစုအား စ ဟော၏။ မည်သူမျှ လက်မခံကြ၊ မကြိုက်ကြ။ **တစ်ခြား**လူတွေ လျှောက်ဟောသော်လည်း လက်ခံသူ တစ်ဦးတစ်ယောက်**မျှ** မတွေ့ရ။

၁၀ နှစ်လုံးလုံး မလျှော့သော ဇွဲဖြင့် တိုင်းပြည် အနှံ့အပြား ဟောပါ၏။ ဝမ်းကွဲညီ တစ်ယောက်မှ တပါး သူ့တရားကို နှစ်သက် လက်ခံသူ ဆို၍ တစ်ယောက်မှ မရှိပေ။

သို့နှင့် အကြံကောင်းတစ်ခု ပေါ်လာပြီးလျှင် **ဝိဋ္ဌာပ္ပ** ဘုရင်၏ နန်းတော်သို့ သွား၍ တရားသစ် ဟောလိုကြောင်း လျှောက်ထားရာ ဘုရင်က သူ၏ အမတ်ပညာရှိ ဆိုသူများ၊ ယဇ် ပရောဟိတ်များ၊ မှော် ဆရာများနှင့် ဆွေးနွေးစေ၏။ နတ် ဘုရား မြောက်မြားစွာနှင့် ရုပ်တုပေါင်း သောင်းချီ ကိုးကွယ်နေသော နိုင်ငံ၏ နန်းတော်အတွင်း ဝယ် **ဇိုရိုအက်စတား** သည် တစ်ဆူတည်းသော ပညာတော်ရှင် ဘုရားသခင်ကိုသာ ကိုးကွယ်ရမည် ဖြစ်ကြောင်း၊ ရုပ်တုတွေကိုလည်း မကိုးကွယ်သင့်ကြောင်းက စ၍ ဆွေးနွေး၏။

ဆွေးနွေးပွဲမှာ ၃ ရက် ကြာ၏။ နောက်ဆုံးနေ့တွင် ဘုရင်က "သင်ပြောသည့် အကောင်းအင်အားစုနှင့် အဆိုးအင်အားစုသည် ဒီအတိုင်းပဲတည်မြဲသွားမည်လော" ဟု မေး၏။

**ဇိုရိုအက်စတား** က ဤသို့ ဖြေ၏။

"မဟုတ်ပါ အရှင်မင်းကြီး၊ နောက်ဆုံးမှာ အကောင်း အင်အားစုက အနိုင် ရသွားပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီ အနိုင်ရတဲ့နေ့မှာ ပညာတော်ရှင် **အဟုရမဇဒါ** ဘုရားသခင်ဟာ တရားစစ်ဆေး ဆုံးဖြတ်ပေးပါလိမ့်မယ်။ စစ်ဆေးတဲ့အခါမှာလူကောင်းတွေရော လူဆိုးတွေပါ သေသူတွေအားလုံး ပြန်ရှင်လာပြီး ရဲရဲတောက်နေတဲ့ သံရည်ပူချောင်းထဲ ဖြတ်ရပါလိမ့်မယ်။ လူကောင်းတွေ ဖြတ်တဲ့အခါမှာ မပူဘဲ နွားနို့နွေးနွေးထဲ ဖြတ်ရသလို ရှိပါလိမ့်မယ်။ သူတို့က

ကောင်းကင်ဘုံနန်းမှာ စံမြန်းကြရပါလိမ့်မယ်။ လူဆိုးတွေ ဖြစ်တဲ့အခါမှာ မခံနိုင်အောင် အပြင်းအထန် ပူပါလိမ့်မယ်။ ဒီအခါမှာ **အဟုရမဇဒါ** ဘုရားသခင်ဟာ ဘုရားဆိုး **အင်္ဂရမညု**နဲ့ ဆိုးတဲ့လူတွေ အားလုံးကို ကမ္ဘာမြေကြီးရဲ့ အလယ်ဗဟိုကို ပို့လိုက်ပြီး အဲဒီမှာ သူတို့အားလုံး ထာဝရ ငရဲမီးပူကို ခံစားနေရပါလိမ့်မယ်။ ဒီတော့မှ တလောကလုံး လူကောင်းတွေချည်း ရှိနေပြီး ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့တဲ့ လောကကြီး ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ် အရှင်မင်းကြီး"

ညီလာခံ ခန်းမတစ်ခုလုံး ငြိမ်၍ နားထောင်နေကြ၏။

"လူတစ်ယောက်ဟာ **အဟုရမဇဒါ** ဘုရားသခင် ညွှန်ကြားတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို လိုက်နာနိုင်အောင် ဘာလုပ်သင့်ပါသလဲ" ပညာရှိ အမတ်ကြီး တစ်ယောက်က မေးလိုက်၏။

"ကာယ သုစရိုက်၊ ဝစီသုစရိုက်၊ မနော သုစရိုက်တွေကို ပြုရပါမယ်။ ဒီ သုစရိုက် တရားတွေဟာ ဘုရားသခင့် အထံ ရောက်ကြောင်း နည်းကောင်း လမ်းမှန်တွေပါပဲ"

"ဘယ်ဟာ သုစရိုက်၊ ဘယ်ဟာ ဒုစရိုက်လို့ ဘယ်လို သိနိုင်ပါသလဲ"

"အမှန်က သုစရိုက်၊ အမှားက ဒုစရိုက်ပါ"

"သို့ဆိုလျှင် အမှန်တရား တစ်ခုတည်းသာ ဘုရားသခင်ထံ ရောက်ကြောင်း နည်းမှန် လမ်းမှန် ဖြစ်ပါသလား"

“မဟုတ်ပါဘူး။ သို့သော်လည်း အမှန်တရားက ပထမဆုံး လိုအပ်ချက် ဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ စိတ် သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ခြင်း၊ ပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်း၊ မြေကြီးပေါ်၌ ထွန်ယက် စိုက်ပျိုး စားသောက်ခြင်း၊ လူ့အကျိုးပြု တိရစ္ဆာန်တို့ကို သနားကြင်နာခြင်းတွေဟာ လိုအပ်ချက်တွေပါပဲ”

ထို့နောက် **ဇိုရိုအက်စတား** က ဆက်လက်၍ သုစရိုက်ကံ၏ အကျိုးတရားကို တမလွန် ဘဝရောက်မှ ခံစားရသည် မဟုတ်။ ယခုဘဝမှာပင် ခံစားရကြောင်း၊ ဒုစရိုက်ကံ၏ အကျိုး ခံစားရာမှာလည်း ထိုနည်းတူပင် ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြ၏။

**ဝိတ္ထပ္ပ**ဘုရင် သဘောတော်ကျလှ၍ “ဒီ သူဟာ ပညာတော် အရှင် တစ်ဆူတည်းသော ဘုရားသခင်ရဲ့ တမန်တော် အစစ် ဖြစ်ပါပေတယ်”ဟု ကြေငြာလိုက်၏။

ထိုနေ့မှစ၍ **ဇိုရိုအက်စတား**၏ တရားများကို အနီးအပါး နိုင်ငံများသို့ ရောက်သည်အထိ ဖြန့်ဖြူးကြ၏။

အိမ်နီးချင်း **တူရင်** နိုင်ငံကိုမူ တိုက်ခိုက် သိမ်းပိုက်ပြီးမှ သာသနာပြုကြ၏။ **တူရင်** နိုင်ငံသားများ မကျေနပ်၍ တိတ်တဆိတ် တဖြည်းဖြည်း စစ်သား စုဆောင်းပြီးလျှင် ပြန်လည်တိုက်ခိုက်ရာ **ပါးရှား** နိုင်ငံ၏ မြို့တော် **ဘော့(ခ်)** မြို့ထဲသို့ပင် ဝင်မိကြ၏။

ထိုအချိန်တွင် စစ်ကို စတင်သော **ဇိုရိုအက်စတား** မှာ ဘုရားကျောင်းအတွင်းရှိ တထိန်ထိန် တောက်နေသော မီးဘုရားရှေ့တွင် စစ် အောင်နိုင်ရေးအတွက် ဆုတောင်းနေ၏။

**တူရင်** စစ်သား တစ်ယောက်သည် ဘုရားကျောင်းထဲသို့ ဝင်သွားပြီးလျှင် ဆုတောင်းနေသော တမန်တော် **ဇိုရိအက်စတား** ကို ဓားဖြင့်ထိုး၍ သတ်ခဲ့ပြီးလျှင် ဘုရားကျောင်းမှ ထွက်သွား၏။

တမန်တော် **ဇိုရိအက်စတား**၏ ဘဝဇာတ်လမ်းကား ဤတွင် တစ်ခန်းရပ်သွားလေပြီ။ သို့သော် သူ သေမှပင် သူ၏ တရားများကို ဘုရင်နှင့်တကွ တိုင်းသူပြည်သားများက ပို၍ ဖြန့်ဖြူးတော့၏။

**အလက်ဇန္ဒာဘုရင်** **ဇိုရိအက်စတား** ကွယ်လွန်ပြီးနောက် နှစ်ပေါင်း သုံးရာခန့် ကြာသောအခါ **မက်ဆီဒိုနီးယား** နိုင်ငံမှ **အလက်ဇန္ဒာ** ဘုရင်ကြီးသည် **ပါးရှား**ပြည်ကို တိုက်ခိုက်သိမ်းယူပြီးနောက် **ဇိုရိအက်စတား** ဘာသာ၏ ပိဋကတ်တော်ဖြစ်သည့် **အဗက်စတာ(အဝေဏ္ဍ)** ကျမ်းမြတ်ကို ဖျက်ဆီးပစ်လိုက်ပြီးလျှင် **ပါရှင်း** တို့အား **ဂရိတ်** တို့၏ ဘာသာတရားကို ကိုးကွယ်စေ၏။ **ပါရှင်း** တို့ကမူ သူတို့ ဘာသာတရားကို ကလေးများအား လျှို့ဝှက်စွာ သင်ကြားပေးနေကြ၏။

နှစ်ပေါင်း ငါးရာခန့် ကြာ၍ နိုင်ငံခြား အုပ်စိုးမှုအောက်မှ **ပါးရှား**ပြည် လွတ်မြောက်သောအခါ **ပါရှင်း** တို့သည် မိမိတို့ ဘာသာတရားကို ထင်ထင်ရှားရှား ပြန်လည် ကိုးကွယ်ကြတော့၏။ **အဝေဏ္ဍကျမ်း**၏ သိမ်းဆည်းထားမိသမျှသော အစိတ်အပိုင်းများ၊ ဘာသာဝင်များ မှတ်သားထားမိသမျှသော အစိတ်အပိုင်းများကို စုပေါင်း၍ ကျမ်းစာ တစ်အုပ် ဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ကြ၏။

**မူဆလင်တို့ ဝင်ရောက်ခြင်း** သို့သော်လည်း နောက် နှစ်ပေါင်း လေးရာခန့် ကြာသောအခါ **အာရပ်များ ပါးရှားကို** ဝင်ရောက်တိုက်ခိုက် သိမ်းပိုက်လိုက်ပြီးလျှင် **အစ္စလာမ်(မူဆလင်)** ဘာသာတရားကို အတင်းအဓမ္မ ကိုးကွယ်စေတော့၏။ အချို့သော **ပါရှင်း** တို့သည် အသေခံကာ **ဇိုရိုအက်စတား** ဘာသာကို လက်မလွှတ်ဘဲ ကိုးကွယ်သွားကြ၏။ အချို့မှာမူ ဘာသာရေး ကိုးကွယ်မှု လွတ်လပ်သော **အိန္ဒိယ** စသည့် နိုင်ငံများသို့ ထွက်ပြေးသွားကြ၏။ ထိုအချိန်မှစ၍ **အစ္စလာမ်** ဘာသာသည်သာလျှင် ယခု **အီရန်** ဟု ခေါ်သည့် ရှေးက **ပါးရှား** နိုင်ငံတွင် စည်ပင်ပြန့်ပွါးနေခဲ့၏။ **ဇိုရိုအက်စတား** ဘာသာဝင်ကား မဆိုသလောက်သာ ရှိတော့၏။

ယခုအချိန်တွင် **ဇိုရိုအက်စတား** ဘာသာဝင် အများစုကို အိန္ဒိယပြည် အနောက်ပိုင်း **ဘုံဘေနယ်** တစ်ဝိုက်၌ တွေ့နိုင်၏။ သူတို့ကို **ဖာရစီ(ပါရှင်းများ)**ဟု ခေါ်ကြ၏။

● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

## ဂျူး ဘာသာ

| | |
|---|---|
| **တည်ထောင်သူ** | **– ဂျူးလူမျိုး၊ မိုးဇက်(မောရှေ)။** |
| **တည်ထောင်သည့်နှစ်** | **– ခရစ်မပေါ်မီ ၁၂၃၀ ခုနှစ် (ဘီစီ ၁၂၃၀)။** |
| **စတင်ပေါ်ပေါက်ရာဌာန** | **– ပါလက်စတိုင်း (အနွှရေး)ပြည်။** |
| **ဘာသာရေးအထွတ်အထိပ်ပုဂ္ဂိုလ်** | **– ဂျေဟိုဗ ဘုရားသခင်။** |
| **ပဓာနကျမ်းဂန်** | **– သမ္မာကျမ်းစာ (ဓမ္မဟောင်းကျမ်း)။** |

**အခြေခံ ယုံကြည်ချက်များ** ကမ္ဘာလောကကြီးနှင့်တကွ သတ္တဝါများကို **ဂျေဟိုဗ(ယေဝေါဟာ)** ဘုရားသခင်က ဖန်ဆင်းသည်။ **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားသခင်သည် လောကတွင် တစ်ဆူတည်းသောဘုရား ဖြစ်သည်။ **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားသခင်မှတပါး အခြား ဘုရားကို မကိုးကွယ်ရ။ ရုပ်တုကို မကိုးကွယ်ရ။ **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားသည် သူ မုန်းသော သူများကို သူတို့၏ အမျိုးလေးဆက်တိုင်အောင် အပြစ်ဒဏ်ပေး၏။ သူ့ကိုချစ်၍ သူ့တရားအတိုင်း လိုက်နာသူများကို အမျိုးဆက် ထောင်သောင်းတိုင်အောင် ကောင်းကျိုးပြု၍ ကရုဏာကို ပြတော်မူ၏။ **ရဟူဒီ** ခေါ်သော **ဂျူး** လူမျိုးများသည် ဘုရားသခင်၏ လူများ ဖြစ်ကြ၏။ သူတို့ကိုသာ ဘုရားသခင် စောင်မတော်မူ၏။ **ဂျူး** သွားရာ၌ **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားရှိ၏။

တစ်နေ့နေ့တွင် **ဂျူး** တို့ကို ကယ်တင်မည့် ကယ်တင်ရှင် လာမည် ဖြစ်၏။ ကယ်တင်ရှင် လာသောနေ့တွင် ဘုရားသခင်က တရား ဆုံးဖြတ်လိမ့်မည်။ **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားသခင်သည် လူနှင့် လူ၏ သားမြေးများ၊ တိရစ္ဆာန်များကို ဖန်ဆင်းသော်လည်း လူတို့ စိတ်၌ ဆိုးညစ်သော စိတ်နေ စိတ်ထားတွေသာ များသောကြောင့် နောင်တ ပူပန်ရတော်မူလှသဖြင့် တစ်နေ့နေ့တွင် သူတို့ကို မြေမျက်နှာပြင်မှ သုတ်သင် ရှင်းလင်းပစ်လိမ့်မည်။

**ပေါ်ပေါက်လာပုံ** လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း လေးထောင်ခန့်က **ယူဖရေးတီး** မြစ်ဝှမ်း **ကယ်လ်ဒီးယား** ပြည်၏ မြို့တော် ဖြစ်သော **ဦး**ရ် မြို့၌ **တေရား** ဆိုသော အရောင်းအဝယ်သမား တစ်ယောက် ရှိ၏။ သူ၏ သားများ အနက် တစ်ယောက်မှာ **အေဗရာဟင်** ဖြစ်၏။ သူ၏ အလုပ်ကား သိုးထိန်းကျောင်းခြင်း အလုပ် ဖြစ်၏။

**တေရား**နှင့် အခြားလူ အားလုံးလိုလိုပင် ရုပ်တုတွေ အမြောက်အမြား ထုလုပ်ကာ ကိုးကွယ်ကြ၏။ **အေဗရာဟင်** ကမူ ရုပ်တုကို မကိုးကွယ်ပေ။ မကိုးကွယ်ရုံမျှ မကသေး၊ သူ့ဖခင်၏ အိမ်မှ ရုပ်တုတွေကို ပုဆိန်ဖြင့် ပေါက်ခွဲ ဖျက်ဆီးပစ်လိုက်ပြီးလျှင် ရုပ်တုတွေ ဘာမျှ အသုံးမကျကြောင်း ပြော၏။

**ဟီဗရူး၏ အစ** ရပ်တုပေါင်း မြောက်မြားစွာကို ကိုးကွယ်နေသော နိုင်ငံ၌ **အေဗရာဟင်** ၏ အပြုအမူနှင့် အပြောအဆိုသည် အန္တရာယ်များလှ၏။ ထို့ကြောင့် သူသည် သူ့မိသားစုနှင့် သိုးများကို ယူဆောင်ကာ တိုင်းပြည်မှ ထွက်ခွာ၍ **ယူဖရေးတီးမြစ်** ကို ဖြတ်ကူးပြီးလျှင် မြောက်ဘက်ဆီသို့ တဖြည်းဖြည်း ထွက်လာခဲ့၏။ ရက်ပေါင်းများစွာ ကြာသောအခါ **ကာနန်း** ခေါ်သော တိုင်းပြည်သို့ ရောက်၍ အခြေချနေကြ၏။ ထို **ကာနန်း** ပြည်ကား နောင်အခါ **ပါလက်စတိုင်း** ဟု ခေါ်တွင်သော တိုင်းပြည်ပင် ဖြစ်၏။ **ကာနန်း** ပြည်သားတို့က **အေဗရာဟင်** တို့ကို **အိဗရိ(ဟာဗရူး)** များဟု ခေါ်ကြ၏။ **တစ်ဘက်ကမ်းမှ မြစ်ကို ဖြတ်ကူးလာသူများ** ဟု အဓိပ္ပာယ်ရ၏။

**အစ္စရေး၏အစ** **အေဗရာဟင်** ၌ **အိုက်ဇက်** ဆိုသော သားတစ်ယောက် ရှိ၏။ **အိုက်ဇက်**၌ **ဂျက်ကော့** **(ယာကုတ်)** ဆိုသော သား တစ်ယောက်ရှိ၏။ **ဂျက်ကော့** ကို **အစ္စရေး** ဟုလည်း ခေါ်ကြ၏။ **ဂျက်ကော့** ခေါ် **အစ္စရေး** ၌ သား ၁၂ ယောက် ရှိ၏။ **အစ္စရေး** ၏ ကလေးများဟု ခေါ်ကြ၏။ ထို ကလေး ၁၂ ယောက်မှ **အစ္စရေး** ကလေးပေါင်း မြောက်မြားစွာ ထွန်းပေါက်၏။ ဤနည်းဖြင့် **အေဗရာဟင်** ၏ အနွယ် **အစ္စရေး** များသည် **ကာနန်း** ပြည်တွင် အင်အားကြီးမားသော သိုးကျောင်းလူမျိုးစုကြီး ဖြစ်လာ၏။

**အိဂျစ်သို့ ပြောင်းကြခြင်း** တစ်ချိန်တွင် **ကာနန်** တစ်ပြည်လုံး ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးခြင်း ဒုဗ္ဘိက္ခန္တရကပ်ကြီး ဆိုက်သဖြင့် **အဇ္ဇရေး** အားလုံး **အိဂျစ်** ပြည်သို့ ရွှေ့ပြောင်းသွားကြပြီးလျှင် ဘုရင့်ထံ နေခွင့်တောင်းကြသဖြင့် **ဂိုရှန်**နယ်တွင် နေခွင့် ရကြ၏။ ယင်းသို့ နေထိုင်ခဲ့ကြရာ နှစ်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ **အဇ္ဇရေး** လူဦးရေက အဆမတန် တိုးလာ၏။ မည်မျှပင်လူဦးရေ များသည်ဖြစ်စေ **အဇ္ဇရေး** တို့က **အိဂျစ်** တို့နှင့် မရောနှောပဲ သီးသန့် နေကြ၏။ **အိဂျစ်** ဘုရားကျောင်းများကိုလည်း မသွားကြပေ။ ဤသို့ သီးသန့် နေသည်ကို **အိဂျစ်** တို့က ကြိုက်လည်း မကြိုက်ကြ၊ ကြောက်လည်း ကြောက်ကြ၏။

**ကျွန်ဘဝ** ထို့ကြောင့် **အိဂျစ်** ဘုရင်နှင့် မှူးမတ်တို့ တိုင်ပင်ပြီးလျှင် **အဇ္ဇရေး** အားလုံးကို ကျွန် ပြုလုပ်လိုက်ကြ၏။ **အဇ္ဇရေး** တို့သည် ကျွန် ဘဝ၌ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သော နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှု အမျိုးမျိုးကို မရှုမလှ ခံနေကြရ၏။ **အိဂျစ်** မှ ထွက်ခွာခွင့်လည်း မရပေ။

ဤ အခြေအနေတွင် **အဇ္ဇရေး** မိသားစုများ အတွင်း၌ **မိုးဇက်(မောရှေ)** ဟု ခေါ်သော လူငယ် လူစွမ်းကောင်း တစ်ယောက် ပေါ်ပေါက်လာ၏။ **မိုးဇက်**သည် သူ့ လူမျိုးများ **အိဂျစ်**ပြည်မှ လွတ်မြောက်နိုင်သည့် နည်းလမ်းကိုသာ ကြံစည် စဉ်းစားနေ၏။

**လွှတ်မြောက်ရေး** တစ်နေ့တွင် ကျွန်ထိန်း တစ်ယောက်က ကျွန် နှစ်ယောက်အား ရက်စက်စွာ ရိုက်နှက်နေသည်ကို မိမိရှေ့တွင် မြင်တွေ့နေရသော **မိုးဇက်**သည် စိတ်မထိန်းနိုင်ပဲ ဖြစ်သွားကာ ကျွန်ထိန်းကို သတ်ပစ်လိုက်၏။ ပြီးလျှင် **အီဂျစ်** ပြည်မှ ထွက်ပြေးရာ ဘုန်းကြီး **ဂျေသရိုး** ၏ ဥယျာဉ်ထဲသို့ ရောက်သွား၏။ ဥယျာဉ်ထဲ၌ ထိပ်တွင် စာလုံးများ ထွင်းထားသော တောင်ဝှေးတစ်ချောင်းကို တွေ့၍ တန်ခိုးရှိသော တောင်ဝှေးမှန်း သိသဖြင့် ဘုန်းကြီးထံမှ တောင်းယူခဲ့ပြီးလျှင် **အီဂျစ်** ပြည်သို့ ပြန်လာခဲ့၏။

**ပညတ်တော် ၁၀ ပါး** **မိုးဇက်**သည် **အီဂျစ်** ဘုရင်၏ နန်းတော်ထဲ၌ တောင်ဝှေး၏ တန်ခိုးအမျိုးမျိုးကို ပြပြီးလျှင် ဘုရင်ကို ခြိမ်းခြောက်၍ **အဇ္ဇရေး** တို့ကို **အီဂျစ်** မှ ထွက်သွားခွင့်ပေးရန် ပြော၏။ ကြောက်လန့်သော ဘုရင်သည် **အဇ္ဇရေး** တို့ကို သွားခွင့် ပြုလိုက်၏။ **မိုးဇက်** သည် **အီဂျစ်** မှ **အဇ္ဇရေး** အားလုံးကို ဦးဆောင်လျက် **ဆိုင်းနိုင်း** တောင်ဆီသို့ ရှေးရှုခေါ်ဆောင်သွား၏။ **အဇ္ဇရေး** တို့သည် **ဆိုင်းနိုင်း** တောင်ခြေတွင် **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားသခင်ကို နွားသိုးကြီး အသွင်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ဇီးကွက် အသွင်ဖြင့်ဖြစ်စေ တွေ့ရလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ကာ ဝမ်းသာနေကြ၏။ မျှော်လင့်သည့်အတိုင်း တောင်ခြေတွင် ဘာကိုမျှ မမြင် မတွေ့ရသောအခါ စိတ်ပျက်ကြ၏။ **မိုးဇက်**သည် သူ့လူများကို တောင်ခြေ၌ ထားခဲ့၍ တောင်ပေါ်သို့ တက်သွားပြီးလျှင် ရက်ပေါင်း ၄၀ မျှ

တောင်ပေါ်တွင် နေခဲ့ရာ **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားသခင်နှင့် တွေ့ရှိမှုမှမက ပညတ်တော် ၁၀ ပါးကိုလည်း ဘုရားသခင်ထံမှ ရခဲ့၏။

**မိုးဇက်**သည် ပညတ်တော် ၁၀ ပါးကို ယူပြီးလျှင် **ဆိုင်းနိုင်း** တောင်ပေါ်မှ ဆင်းခဲ့၍ ပညတ်တော်များကို **အစ္စရေး** တို့အား ရှင်းပြ၏။ ထို ပညတ်တော် ၁၀ ပါးမှာ–

၁။ **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားမှတပါး တစ်ခြားဘုရားကို မကိုးကွယ်ရ။
၂။ ရုပ်တုကို မကိုးကွယ်ရ။
၃။ မှသားနှင့်စပ်၍ ဘုရားသခင်၏ နာမတော်ကို မမြွက်ဆိုရ။
၄။ ရက်သတ္တပတ်၏ ၇ ရက်မြောက်နေ့၌ အလုပ်မလုပ်ပဲ နားရမည်။ ထိုနေ့ကို မြတ်သောနေ့ (Holy Day) ဟု ခေါ်ရမည်။
၅။ မိဘ တို့ကို ရိုသေရမည်။
၆။ လူကို မသတ်ရ။
၇။ မခိုးရ။
၈။ သူတစ်ပါး သားမယား မပြစ်မှား မကျူးလွန်ရ။
၉။ ကိုယ်နှင့် နီးစပ်သူ အပြစ်ရအောင် မမှန်သက်သေ မခံရ။
၁၀။ ကိုယ်နှင့် နီးစပ်သူ၏ သားမယား၊ ပစ္စည်း ဥစ္စာကို လိုချင် တပ်မက်စိတ် မရှိရ။

ဤ ပညတ်တော် ၁၀ ပါး အနက် များစွာသော ပညတ်ချက်တို့မှာ **အီဂျစ်** တို့အတွက် အစိမ်းသက်သက် မဟုတ်ပေ။ သူတို့ ကိုယ်တိုင် သင်ပေးနေသော သဘောတရားများ ဖြစ်ကြ၏။

သို့သော် ပညတ်ချက် ၂ ခုမှာမူ **အီဂျစ်** တို့ မသိသော အချက်များ ဖြစ်ကြ၏။

**အန္တရေး**တို့မှာ ကျွန်ဘဝနှင့် **အီဂျစ်** ပြည်တွင် ရက်သတ္တပတ်တိုင်း ၇ ရက် လုံးလုံး အနားမရပဲ ပင်ပန်းဆင်းရဲခြင်း ကြီးစွာဖြင့် အလုပ်လုပ်ခဲ့ကြရ၏။ **မိုးဇက်**သည် သူ့လူမျိုးများ၏ ဤ အခြေအနေကို ကိုယ်တွေ့မျက်မြင် ဖြစ်ခဲ့၏။ သို့ဖြင့် "သင်တို့ ၆ ရက် အလုပ်လုပ်ရမည်၊ ၇ ရက် မြောက်နေ့သည် သင်တို့နားသောနေ့ ဖြစ်ရမည်" ဟု ပညတ်ချက် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။

နောက် ပညတ်ချက် တစ်ခုသည်လည်း အတွေ့အကြုံမှ ပေါ်ထွက်လာသော ပညတ်ချက် ဖြစ်၍ အရေးပါဆုံး ဖြစ်၏။ ယင်းမှာ "ငါသည် သင်တို့ကို **အီဂျစ်**ပြည် အတွင်း အနှောင်အဖွဲ့ ခံနေရခြင်းမှ ထုတ်ဆောင် ကယ်တင်လာသော သင်တို့၏ ဘုရား ဖြစ်၏။ သင်တို့သည် ငါမှတစ်ပါး တစ်ခြားဘုရားကို မကိုးကွယ်ရ" ဟူသော ပညတ်ချက်ပင်။

**စနစ်ကျသော ဂျူးဘာသာ စတင်ချိန်**

**ဂျူး** ဘာသာသည် ရှေး ပဝေသဏီက စတင်ခဲ့သည်ဟု ဆိုသော်လည်း တစ်စုံတစ်ခုသော သဘောတရား အပေါ်တွင် အခြေခံ၍ စနစ်တကျ ဖွဲ့စည်း ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည့် ဘာသာ မဟုတ်ခဲ့ပေ။ လူမျိုးစု၏ ဘိုးဘေးစဉ်ဆက် အစဉ်အလာ ယုံကြည်မှုအရ ကိုးကွယ်လာသည့် အခြေအနေ၌သာ ရှိနေခဲ့၏။ လမ်းညွှန်ကျင့်ဝတ်များလည်း စနစ်တကျ မရှိခဲ့သေးပေ။ ယခု **မိုးဇက်** က

**ဆိုင်းနိုင်း** တောင်ပေါ်မှ ပညတ်တော် ၁၀ ပါး ကို ယူဆောင်လာမှသာ လမ်းညွှန်ကျင့်ဝတ်များဖြင့် စနစ်ကျသော ဘာသာအဖြစ် စတင် ပေါ်ပေါက်လာခြင်း ဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့် **ဂျူးဘာသာ** စတင် ပေါ်ပေါက်လာသည့် အချိန်ကို ပညတ်တော် ၁၀ ပါး ရရှိလာသည့် **ဘီစီ ၁၂၃၀ ခုနှစ်** ဟု သတ်မှတ်ကြခြင်း ဖြစ်၏။

**ပါလက်စတိုင်းသို့** **မိုးဇက်**သည် ပညတ်တော် ၁၀ ပါးကို ရှင်းပြပြီးနောက် ဘုရားသခင် ကတိပြုထားသော ဒေသ (The Promised Land) သို့ သွားမည်ဟု ဆိုပြီးလျှင် သူ့လူများကို မြောက်စူးစူး **ဂျော်ဒန်** မြစ်ဆီသို့ ခေါ်ဆောင်သွား၏။ **အဒွရေး** တို့ ဘဝကား ခြေသလုံးအိမ်တိုင် သိုးကျောင်းသားဘဝ ဖြစ်ရာ သွားရ လာရ ရွှေ့ရ ပြောင်းရ သည်မှာ သူတို့အတွက် ဘဝပေးတာဝန်ဖြစ်၍ မဆန်းတော့ပေ။ နှစ်ပေါင်းများစွာ သဲကန္တာရကြီးကို ဖြတ်၍ သွားကြပြီးနောက် **ဂျော်ဒန်မြစ်** အလွန်တွင် **ဘုရားသခင် ကတိပြုထားသော ဒေသ** (The Promised Land)ဟု သူတို့ ယူဆသည့် **ပါလက်စတိုင်း**သို့ ရောက်၍ အခြေတကျ နေကြပြီးလျှင် သိုးကျောင်းသားဘဝမှ ထွန်ယက် စိုက်ပျိုး စားရသော လယ်သမား ဘဝသို့ တဖြည်းဖြည်း ပြောင်းလဲသွားကြ၏။

**နိုင်ငံ တနိုင်ငံ အဖြစ် ပေါ်ပေါက်လာခြင်း** မကြာမီပင် **အဋ္ဌရေး** လူမျိုးစု ၁၂ စု တို့ကို စုစည်းလိုက်ကြပြီးလျှင် **ဆောလ်** အမည်ရှိသော လယ်သမားကြီးကို ဘုရင်အဖြစ် ရွေးချယ်လိုက်ကာ ညီညွတ်သော **အဋ္ဌရေး** နိုင်ငံကို ဘီစီ ၁၀၂၅ ခုနှစ် လောက်တွင် တည်ထောင်မိကြ၏။

**ဆောလ်** ဘုရင်ကြီးနောက် ဘီစီ ၁၀၀၆ ခုနှစ်တွင် ဘုရင် **ဒေးဗစ်** က ထီးနန်း ဆက်ခံ၏။ ဘီစီ ၉၆၀ ခုနှစ်၌ **ဆောလ်မွန်**ဘုရင်က ထီးနန်း ဆက်ခံ၏။ **ဟီဗရူး**နိုင်ငံသည် ဘုရင် သုံးဆက်၏ အုပ်ချုပ်မှုအောက်တွင် အလွန် လျင်မြန်စွာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် စည်ကားလာ၏။ **ဂျေရုဆလင်**မြို့၌ **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားသခင်၏ စံကျောင်းတော်ကိုလည်း **ဆောလ်မွန်** ဘုရင်ကြီးက ဆောက်လုပ်စေ၏။

**တကွဲတပြား ဖြစ်ရပြန်ပြီ** သို့ရာတွင် ဘီစီ ၉၂၂ ခုနှစ်၌ **ဆောလ်မွန်** ဘုရင်ကြီး နတ်ရွာစံပြီး နောက်တွင်ကား **အဋ္ဌရေး** တို့ ညီညွတ်ရေး ပျက်ပြားကာ စည်းလုံးမှု ပြေသွားပြီးလျှင် မြောက်ဘက်၌ **အဋ္ဌရေးနိုင်ငံ**၊ တောင်ဘက်၌ **ဂျူဒနိုင်ငံ** ဟု နှစ်နိုင်ငံ ခွဲ၍ တည်ထောင်လိုက်ကြ၏။ အစုအစည်းကို ခွဲလိုက်လျှင် အင်အားနည်းသွားခြင်းမှာ ဓမ္မတာပင် ဖြစ်၏။

နှစ်နိုင်ငံ ခွဲလိုက်ပြီးနောက် နှစ်ပေါင်း နှစ်ရာအကြာ ဘီစီ ၇၂၁ ခုနှစ် တွင် **အဆီးရီးယန်း** တို့က မြောက်ပိုင်း **အဋ္ဌရေး** နိုင်ငံ ကို တိုက်ခိုက် သိမ်းယူလိုက်ကြ၏။

တဖန် နောက်ထပ် နှစ်ပေါင်း တစ်ရာ့ခြောက်ဆယ်ခန့် ကြာသောအခါ ဘီစီ ၅၈၇ ခုနှစ်တွင် တောင်ပိုင်း **ဂျူဒနိုင်ငံ**ကို

**ဖေဗီလုံ** နိုင်ငံသားတို့က ဝင်ရောက် တိုက်ခိုက် သိမ်းပိုက်ပြီးလျှင် **အဇ္ဇရေး** အများအပြားကို **ဖေဗီလုံ** သို့ ဖမ်းဆီးခေါ်ဆောင် သွားကြ၏။ **ဂျေရုဆလင်** မြို့တော်ကိုလည်း **ဆောလ်မုန်** ဘုရင်ကြီး ဆောက်လုပ်ထားခဲ့သော **ဂျေဟိုဗ** ဘုရား၏ စံကျောင်းတော်ကြီးပါ မကျန်ရအောင် ဖျက်ဆီးသွားကြ၏။

**အဇ္ဇရေး**၏ ကလေးများကား တဖန် နေရာဒေသ အနှံ့အပြားသို့ တကွဲတပြား ပျံ့နှံ့သွားရပြန်လေပြီ။ **အီဂျစ်**၏ ကျွန်အဖြစ်မှ လွတ်မြောက်ပြီး နှစ်ပေါင်း ၇၀၀ ခန့် အကြာတွင် ကျွန်ဘဝသို့ တဖန် ရောက်ရပြန်လေပြီ။

ထို့နောက် နှစ်ပေါင်း ၅၀ ခန့် အကြာ ဘီစီ ၅၃၈ ခုနှစ်၌ **ဖေဗီလုံ**ကို **ပါရှင်း** ဘုရင် **ဆိုက်ရပ်**က တိုက်ခိုက် သိမ်းပိုက်လိုက်ပြန်၏။ **ဟီဗရူး**တို့မှာ သခင်တစ်ဦး၏ အောက်မှ တခြားသခင်တစ်ဦး၏ အောက်သို့ ရောက်ရပြန်၏။

**ဂျူး ဘာသာ ပြောင်းလဲလာချိန်**

ထိုအချိန်တွင် **ပါးရှား** ပြည်၌ တမန်တော် **ဇိုရိုအက်စတား** ကွယ်လွန်သည်မှာ ၃ နှစ် မျှသာရှိသေး၏။ **ဇိုရိုအက်စတား** ဘာသာ စည်ပင်ပြန့်ပွါး ထွန်းကားနေဆဲ အချိန်ဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်၍ အဇ္ဇရေးတို့သည် **ဖေဗီလုံ**သို့ ရောက်လာသောအခါ **ပါရှင်း** အရှင်သခင်တို့၏ ဘာသာအယူဝါဒကို **အဇ္ဇရေး**တို့ လေ့လာကြရ၏။ **ဇိုရိုအက်စတား** ဘာသာမှ သဘောတရားများကို အတော် နားလည် သဘောပေါက်လာကြ၏။

သို့သော် ကမ္ဘာမှာ အကောင်း အင်အားစုဘုရား၊ အဆိုး အင်အားစုဘုရားဟု ဘုရားနှစ်ဆူ ရှိနေခြင်းကို **ဟီဗရူး**တို့ မကြိုက်ကြ။ ကမ္ဘာလောကကြီးကို ဖန်ဆင်းသော တန်ခိုးရှင်သည် နှစ်ဆူ မဖြစ်နိုင်၊ တစ်ဆူတည်းသာ ဖြစ်ရမည်။ ထို တဆူမှာလည်း **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားသခင်သာလျှင် ဖြစ်ရမည်ဟု **ဂျူး**တို့ ယုံကြည်ကြ၏။ ယခင်ကမူ **ဂျေဟိုဗ** ဘုရားသခင်ကို **ပါလက်စတိုင်း**ဘုရား၊ **ဂျူး** တို့၏ ဘုရားဟုသာ နယ်ကျဉ်းစွာ ယုံကြည် ယူဆခဲ့ကြ၏။

သို့သော် **ဇိုရိုအက်စတား** ဘာသာကို လေ့လာရာမှ ရရှိသော အတွေးသစ် အမြင်သစ် အချို့ကိုမူ သူတို့ နှစ်ခြိုက်ကြသဖြင့် **ဂျူး** ဘာသာရေး သဘောတရားအဖြစ် သွတ်သွင်း လက်ခံလိုက်ကြ၏။ ယင်းတို့အနက် အရေးကြီးသော အချက် အချို့မှာ တမလွန်ဘဝ ရှိသည် ဟူသော အယူအဆ၊ ကောင်းကင်ဘုံနှင့် ငရဲဘုံ ရှိသည် ဟူသော အယူအဆတို့ ဖြစ်၏။

**ဂျူး**တို့ရော **ပါရှင်း**တို့ပါ ကယ်တင်ရှင် ပေါ်လာမည်ဟု ယုံကြည်ကြ၏။ သို့သော် **ဂျူး**တို့၏ ကယ်တင်ရှင်မှာ **ဂျူး**လူမျိုးတို့ကိုသာ ကယ်တင်မည့် အမျိုးသား သူရဲကောင်းဖြစ်၏။ **ပါရှင်း**တို့၏ ကယ်တင်ရှင်မှာ တကမ္ဘာလုံးကို အဆိုး **အင်အားစုများမှ** လွတ်မြောက်အောင် ကယ်တင်မည့်သူဖြစ်၏။ ဤ **အချက်၌လည်း** **ဂျူး**တို့သည် **ဇိုရိုအက်စတား**ဘာသာမှ ကယ်တင်ရှင် **အယူအဆကို** ပို၍ သဘောကျကာ လက်ခံလိုက်ကြပြန်၏။

ဤ နည်းဖြင့် **ဗေဗီလုံ**တွင် **ပါရှင်း** တို့၏ **အုပ်ချုပ်မှုအောက်၌** နေခဲ့ရသဖြင့် **ဇိုရိုအက်စတား** ဘာသာကို လေ့လာခွင့် ရခြင်းသည်

**ဂျူး** တို့အတွက် အရှုံးထဲမှ အမြတ်ရခြင်း ဖြစ်၏။ ထိုအချိန်မှစ၍ **ဂျူး** ဘာသာကို ပိုမို ကျေနပ်ဖွယ်ရှိအောင် ပြုပြင် ပြောင်းလဲနိုင်ခဲ့ကြ၏။

**ဂျေဟူဒီ ယေဟူဒီ ရဟူဒီ**

**ပါရှင်း** တို့သည် **ဟီဗရူး** တို့ကို မနှိပ်စက်ကြဘဲ ရင်းရင်းနှီးနှီး ခင်ခင် မင်မင် ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံကြ၏။ **ပါရှင်း** တို့က **ဟီဗရူး** တို့ကို **ဂျေဟူဒီ=ယေဟူဒီ** (Jehudis) ဟု ခေါ်ကြ၏။ [ မြန်မာတို့ ခေါ်နေကြ သော **ယဟူဒီ=ရဟူဒီ=ရေဝတီ** ဟူသော အသုံးအနှုန်းမှာ ထို **ယေဟူဒီ**မှ ပြောင်းလဲလာဟန် တူပေသည်။ ] ထို **ဂျေဟူဒီ**မှ **ဂျူး** (Jews) ဖြစ်လာ၍ **ဂျူး** တို့၏ ဘာသာကိုလည်း (Judaism) ဟု ခေါ်ကြ၏။

ပါရှင်းဘုရင် **ဆိုက်ရပ်**သည် **ဂျူး** တို့ကို **ပါလက်စတိုင်း**သို့ ပြန်ခွင့်ပြုလိုက်၍ **ဂျူး** တို့သည် ဒုတိယအကြိမ် **ပါလက်စတိုင်း** နိုင်ငံကို တည်ထောင်ကြပြန်သည်။

**ပြောင်းလဲတိုးတက်နေသော ဘာသာ**

သို့သော်လည်း **ဂျူး** တို့၏ ဘဝကား တည်ငြိမ်မှုမရကြပေ။ နောင်တွင်လည်း **ဂရိတ်၊ ရောမ၊ အီဂျစ်၊ အာရပ်** နှင့် **တူရကီ** တို့၏ တိုက်ခိုက်သိမ်းယူခြင်း၊ အုပ်စိုးခြင်းကို ဆက်ခါဆက်ခါ ခံကြရ၏။ သို့သော် သခင် တစ်ဦး ပြောင်းတိုင်း **ဂျူး** ဘာသာတွင် ပြောင်းလဲတိုးတက်မှုများ ပို၍ပို၍ ရရှိခဲ့သဖြင့် **ဂျူး** ဘာသာကား အစဉ်သဖြင့် ပြောင်းလဲ တိုးတက်လာခဲ့သော ဘာသာဟု ဆိုနိုင်တန်ရာ၏။

• • • • • • • • • • • • • • • • •

## ဗုဒ္ဓဘာသာ

**တည်ထောင်သူ – ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား။**

**ဖွားတော်မူသည့်နှစ် – ခရစ်မပေါ်မီ ၆၂၄ [ဘီစီ ၅၆၃ တစ်ဝါဒ]။**

**တည်ထောင်သောနှစ် – ခရစ်မပေါ်မီ ၅၈၉ [ဘီစီ ၅၂၈ တစ်ဝါဒ]။**

**ပရိနိဗ္ဗာန်စံသည့်နှစ် – ခရစ်မပေါ်မီ ၅၄၄ [ဘီစီ ၄၈၃ တစ်ဝါဒ]။**

**စတင်ပေါ်ပေါက်ရာဌာန – အိန္ဒိယပြည်။**

**ဘာသာ၏ အထွတ်အထိပ်ပုဂ္ဂိုလ် – ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား။**

**ပဓာနကျမ်းဂန် – နိကာယ်ငါးရပ်၊ ပိဋကသုံးပုံ။**

**အခြေခံ ယုံကြည်ချက်များ** ကမ္ဘာလောကကို ဖြစ်စေ၊ သတ္တဝါကို ဖြစ်စေ၊ ဖန်ဆင်းသူ တန်ခိုးရှင်မရှိ။ ကမ္ဘာလောကရော သတ္တဝါများပါ သက်ဆိုင်ရာ အကြောင်းများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။ သက်မဲ့လောက၊ သက်ရှိလောက နှစ်ခုလုံး အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပျက်နေကြသော ရုပ်အစဉ်၊ နာမ်အစဉ်မျှသာ ဖြစ်သည်။ တည်မြဲသော ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ မရှိ၊ အတ္တ မရှိ။ ရုပ်နာမ် မှန်သမျှ ဖြစ်ပြီးလျှင် တစ်စက္ကန့်တောင်မှ တည်တံ့မနေဘဲ ချက်ချင်း ပျက်စီးသွားကြ၍ မမြဲသော သဘော၊ မကောင်းသော သဘော၊ အစိုင်အမာ အနှစ်အသား မဟုတ်သော သဘောချည်း ဖြစ်ကြသည်။

သတ္တဝါတိုင်း မိမိ အလုပ်အားလျော်စွာ အကျိုးရကြသည်။ ကောင်းတာလုပ်လျှင် ကောင်းကျိုး ခံစားရသည်။ ဆိုးတာ လုပ်လျှင် ဆိုးကျိုး ခံစားရသည်။

သတ္တဝါသည် တစ်ဘဝတည်း ဖြစ်သည်မဟုတ်၊ ဘဝပေါင်းများစွာ ဖြစ်သည်။

ဆင်းရဲ၊ ဆင်းရဲ၏ အကြောင်း၊ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း၊ ဆင်းရဲငြိမ်းကြောင်း အကျင့်လမ်းဟု အမှန်တရား လေးပါးရှိသည်။

**ပေါ်ပေါက်လာပုံ အခန်း(၁) နှင့် အခန်း (၂) ကို ပြန်ကြည့်ပါ။**

• • • • • • • • • • • • • • • • •

## ခရစ်ယာန် ဘာသာ

**တည်ထောင်သူ – ဂျူး လူမျိုး၊ ယေရှုခရစ်တော်။**

**မွေးဖွားသည့်နှစ် – ဘီစီ ၄ ခန့်။**

**တည်ထောင်သည့်နှစ် – သက်တော် ၃၀ (အေဒီ ၂၇ ခန့်)။**

**ကွယ်လွန်သည့်နှစ် – သက်တော် ၃၃ (အေဒီ ၃၀ ခန့်)။**

**စတင် ပေါ်ပေါက်ရာဌာန – ပါလက်စတိုင်းပြည်။**

**ဘာသာ၏ အထွတ်အထိပ်ပုဂ္ဂိုလ် – ထာဝရဘုရားသခင်။**

**ပဓာနကျမ်းဂန် – သမ္မာကျမ်းစာ (ဓမ္မဟောင်း နှင့် ဓမ္မသစ်)။**

**အခြေခံ ယုံကြည်ချက်များ** ကမ္ဘာ လောကကြီးနှင့်တကွ သတ္တဝါများကို **ထာဝရဘုရားသခင်** က ဖန်ဆင်းသည်။ **ထာဝရဘုရားသခင်** သည် တစ်ဆူတည်းသော ဘုရားဖြစ်သည်။ **ခမည်းတော် ဘုရား၊ သားတော် ယေရှုခရစ်** ဘုရား အပြင် **သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော်** ဘုရား ရှိသည်ဟု ယုံကြည်ကြသည်။ ခမည်းတော်၊ သားတော်နှင့် သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော် သုံးပါးစလုံးသည် တစ်ဆူတည်းသော **ထာဝရဘုရားသခင်** ဖြစ်သည်ဟု ခံယူကြသည်။

**ခရစ်တော်**သည် **လက်ဝါးကပ်တိုင်** ၌ အသေသတ်ခြင်းကို ခံတော်မူပြီးနောက် ၃ ရက် မြောက်သောနေ့၌ ရှင်ပြန်ထမြောက်တော်မူသည်။

ကောင်းမှု မှန်သမျှ လိုက်လံ နှောင့်ယှက်သော **စာတန်မာရ်နတ်** ရှိသည်။ တရားဆုံးဖြတ်သောနေ့တွင် ဘုရားသခင်က အပြစ်ရှိသူများကို ငရဲခံစေပြီးလျှင် အပြစ်ကင်းသူများကို ကောင်းကင်ဘုံ ချမ်းသာသို့ ဝင်စားစေမည်ဟု ယုံကြည်ကြသည်။

**ခရစ်ယာန်ဘာသာနှင့် ဂျူးဘာသာ ဆက်စပ်ပုံ** **ခရစ်ယာန်** ဘာသာ၏ **ဓမ္မဟောင်းကျမ်းနှင့် ဂျူးဘာသာ** တို့သည် အခြေခံအားဖြင့် တူညီကြသည်။

[အထူးသဖြင့် ထာဝရဘုရားသခင်၏ ပညတ်တော်များ၊ **ပရောဖက်** တို့၏ ဟောကြားချက်များ၊ **ဆာလံကျမ်း** ကဲ့သို့သော **ထာဝရဘုရားသခင်**၏ ဂုဏ်တော် ချီးမွမ်းခြင်းများ ပါရှိသည်။]

သို့ရာတွင် ခရစ်ယာန်ဘာသာ၏ **သမ္မာကျမ်း** တွင် **ဓမ္မဟောင်းကျမ်း** အပြင် **ဓမ္မသစ်ကျမ်း** လည်း ပါဝင်သည်။ **ဓမ္မသစ်ကျမ်း** ၌ ခရစ်တော်ယေရှု ၏ ဟောကြား သွန်သင်ချက်များ ပါရှိ၍ ဓမ္မဟောင်းကျမ်းမှ ပညတ်သဘောများကို ပိုမို လေးနက် ပီပြင်စွာ ကျင့်ဆောင်နိုင်ကြစေရန် သွန်သင်ထားသည်။ အထူးသဖြင့် ပညတ်သဘောထက် မေတ္တာသဘော ပို၍ သက်ရောက်စေရန် ဖော်ပြသည်။ သည်းခံခြင်း၊ ခွင့်လွှတ်ခြင်း စသော ဂုဏ်ကျေးဇူးတရားကို ပိုမို ပေါ်လွင်စေသည်။

**ပေါ်ပေါက်လာပုံ** **ဂျူး**ဒနိုင်ငံ၊ သို့မဟုတ် **ပါလက်စတိုင်း** နိုင်ငံသည် ရှေ့. **ဂျူး** ဘာသာ အခန်း၌ ဖော်ပြခဲ့သည့် အတိုင်း နိုင်ငံခြား အုပ်စိုးမှုအောက်သို့ မကြာခဏ ရောက်ရ၏။ **ယေရှု** မပေါ်မီ ၆၃ နှစ်က စ၍ **ရောမ**တို့ လက်သို့ **ပါလက်စတိုင်း**နိုင်ငံ ကျရောက်ခဲ့ရာ **ယေရှု** ပေါ်ပေါက်ချိန်၌ **ရောမ**ဘုရင် **ဩဂတ်စတတ်ဆီဇာ** အုပ်ချုပ်နေချိန် ဖြစ်၏။ သို့သော်လည်း ဘုရင်ခံထား၍ အုပ်ချုပ်ခြင်း ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် မြောက်ပိုင်း **ပါလက်စတိုင်း**၌ **ပွန်းတီးယတ်ပီလိတ်** ဘုရင်ခံက အုပ်ချုပ်၏။

**ခရစ်တော်** ဖွားမြင်ရာ ကာလသည် ဘာသာရေး အခြေအနေ အရ **သမ္မာကျမ်းစာ** အဆိုအတိုင်း ဘုရားသခင်က စေလွှတ်လိုက်မည် ဆိုသော ကယ်တင်ရှင် ရောက်ခါနီးပြီဆိုကာ လူတို့ မျှော်နေကြသော အချိန် ဖြစ်၏။ **ဂျေရုဆလင်** မြို့အတွင်းရှိ ဘုရားသခင်၏ စံကျောင်းတော် အတွင်း၌မူ ကုန်သည်များ၊ စားလမ်းပွင့်နေကြသော တာဝန်ရှိ ဘုန်းကြီးများ၊ ငွေ လဲလှယ်သူများ၊ လောလောလတ်လတ်

ယဇ်ပူဇော်လိုသော ဘုရားဖူးများ အလွယ်တကူ ဝယ်ယူ ပူဇော်နိုင်ရန် သိုး၊ ဆိတ်၊ နွား ရောင်းသူများဖြင့် ရှုပ်ပွေနေကာ စိတ်ပျက်စရာ အချိန်ကာလ ဖြစ်နေပေပြီ။

**အပျိုစင်မှ သားဖွား** ထိုအချိန်တွင် **နာဇရက်**မြို့သား လက်သမားဆရာ **ဂျိုးဇက်**နှင့် ဇနီး **မာရီ**တို့မှ **ယေရှုခရစ်**ကို ဖွားမြင်၏။ ဂျိုးဇက်တို့ ဇနီးမောင်နှံသည် သန်းကောင်စာရင်းဝင်ရန် **ဘက်သလီဟမ်**မြို့သို့ သွားကြရာ တည်းခိုစရာ အိမ်မရ၍ နွားတင်းကုတ် တစ်ခု၌ တည်းခိုကြရ၏။ ထိုနေ့ညမှာပင် **ယေရှု**ကို ဖွား၍ နွားစာခွက်တွင် သိပ်ထားရသည်။ **မာရီ**သည် သူ့ခင်ပွန်းသည် **ဂျိုးဇက်**နှင့် မပေါင်းရသေးမီကပင် သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော်၏ တန်ခိုးတော်ကြောင့် ပဋိသန္ဓေ စွဲခဲ့ပြီးလျှင် **ယေရှု**ကို ဖွားခြင်းဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ယေရှုကို အပျိုစင်၏သားဟု ပြောစမှတ်ပြုကြ၏။

**ဟဲရဒ်** ဘုရင်သည် မင်းလောင်းပေါ်သည်ဟု ကြားရသဖြင့် တိုင်းပြည်အတွင်းရှိ ၂ နှစ် အရွယ် ကလေးများကို သတ်စေ အမိန့်ထုတ်၏။ **ဂျိုးဇက်** တို့ ဇနီးမောင်နှံမှာ အိပ်မက်အရ ကြိုတင်သိသဖြင့် သားကလေးကို ချီကာ **အီဂျစ်** ပြည်သို့ ပြေးကြ၏။ မကြာမီပင် **ဟဲရဒ်** ဘုရင် နတ်ရွာစံလေ၏။ ဤ သတင်းကို **ဂျိုးဇက်** တို့ ကြားသိသောအခါ **ပါလက်စတိုင်း** သို့ ပြန်လာပြီးလျှင် **ဂယ်လီလီ**နယ်ရှိ **နာဇရက်**မြို့၌ အခြေချကာ နေကြ၏။

**ဂျွန်နှင့်ယေရှု တွေ့ဆုံခြင်း** **ယေရှု** ၏ အလုပ်ကား သူ့ဖခင်လိုပင် လက်သမား အလုပ်ဖြစ်၏။ အသက် ၃၀ ရောက်သောအခါ **ဘက်ပတစ်ဂျွန်**ထံ ရေနှစ်ခံရအောင် သွားခဲ့၏။

ထိုအချိန်သည် ဂျူးဘာသာဝင်တို့ အထဲမှ တမန်တော် **ဘက်ပတစ်ဂျွန်** သည် ကယ်တင်ရှင် လာတော့မည်ဖြစ်ကြောင်း ကြေညာဖို့ ပြင်ဆင်နေချိန် ဖြစ်၏။ တနေ့တွင် **ဂျော်ဒန်** မြစ်ကမ်းပါး၌ လူအများကို ရေနှစ်မင်္ဂလာ ပြုပေးပြီးလျှင် လာတော့မည့် ကယ်တင်ရှင်အကြောင်း ကြေညာ ဟောပြောအပြီးတွင် **ယေရှု**က သွား၍ ရေနှစ်မင်္ဂလာ ပြုပေးရန် ပြောသောအခါ ဂျွန်က "သင့်ကို ရေနှစ်မင်္ဂလာ ပြုမပေးနိုင်၊ သင်ကသာလျှင် ကျွန်ုပ်ကို ရေနှစ်မင်္ဂလာ ပြုပေးရမည် ဖြစ်ပါသည်" ဟုပြော၏။

သို့သော်လည်း **ယေရှု**၏ တောင်းပန်မှုကြောင့် **ယေရှု**အား **ဂျွန်**က ရေနှစ်မင်္ဂလာ ပြုပေးလိုက်၏။

**ယေရှု** အိမ်ပြန်ရောက်သောအခါ နေ့စဉ် တစ်ယောက်တည်း သဲကန္တာရထဲသို့ သွား၍ တရားထိုင်၏။ သဲကန္တာရထဲမှ ပြန်လာသောအခါ **ယေရှု**၏ နှလုံးသားသည် လူသားအချင်းချင်း ညီရင်းအကိုသဖွယ် ချစ်ခင်ရေး၊ တရားမျှတရေး၊ ငြိမ်းချမ်းရေးတို့ဖြင့် ပြည့်နေ၏။

**တကိုယ်တော် တော်လှန်ရေး**

**ပဆိုဗာ**ပွဲတော် နီးကပ်နေသဖြင့် **ယေရှုသည် ဂယ်လီလီ**၌ ကြာကြာမနေဘဲ **ဂျေရုဆလင်**သို့ သွားပြန်၏။ မြို့တော်အတွင်း ဘုရားသခင်၏ ကျောင်းတော်ကြီးသို့ ရောက်သောအခါ ရေးကလိုပင် နွားများ၊ သိုးများ၊ ဆိတ်များ၊ ကုန်သည်များ၊ ငွေလဲလှယ်သူများနှင့် ရှုပ်ထွေးပွေလီနေသည်ကို တွေ့ရပြန်၏။

ကျောင်းတော်ကြီး၏ ဂုဏ်သိက္ခာ၊ ဘုရားသခင်၏ အသရေတော်နှင့် မလျော်သော ထို မြင်ကွင်းကို သည်းမခံနိုင်သော **ယေရှု**သည် မြေပေါ်တွင် ကျနေသည့် ကြိမ်တံပြာ တစ်ချောင်းကို ကောက်လိုက်ပြီးလျှင် ထိုသို့ မတော် မတရား ပြုသူများကို ရိုက်နှက် မောင်းထုတ်ပစ်လိုက်၏။ ငွေလဲလှယ်သူတို့၏ စားပွဲများကိုလည်း တွန်းလှဲပစ်လိုက်၏။

**တရားစတင်ဟောခြင်း** **ပဆိုဗ**ပွဲပြီး၍ အိမ် ပြန်ရောက်သော အခါ **ယေရှု**သည် သဲကန္တာရထဲမှ သူဆင်ခြင်ခဲ့သော တရားကို **နာဇရက်**မြို့၌ လူအများအား ဟောကြားလေ၏။ လက်သမားသား ဟောသော တရားကို အရေးမထားရုံမျှမက သရော်လှောင်ပြောင် ပြုလုပ်ကြ၏။ သို့ဖြင့် **ယေရှု**သည် **ဂယ်လီလီ**ကန်ကြီး၏ အနီး၌ရှိသော **ကပါနောင်** တံငါရွာသို့ သွားပြီးလျှင် သူ့တရားကို ဆက်လက် ဟောကြားခဲ့၏။ မကြာခဏ ရေအိုင်ဆီသို့ သွားကာ တံငါများကို တရားဟောလေ၏။

**ယေရှု**၏ ဂုဏ်သတင်းမှာ တဖြည်းဖြည်း ရွာအနှံ့ မြို့အနှံ့ ကျော်စောလာ၏။ ထို့ကြောင့် တရားနာရန်နှင့် **ယေရှု**ထံမှ အကူအညီတောင်းရန် **ကပါနောင်** တံငါရွာကလေးသို့ လာရောက်ကြသူများမှာ တနေ့ထက်တနေ့ များပြားလာ၏။

**တောင်ပေါ်မှ တရား** တနေ့တွင် ရေအိုင်ကြီး၏ တောင်ကုန်းတခုပေါ်တွင် ကြီးမားလှသော လူစုလူဝေးကြီး ဖြစ်နေရာ ထိုလူထုကြီးအား **ယေရှု**က ထင်ရှား

ကျော်ကြားသော တရားကို ဟောလေ၏။ ထိုတရားသည် "တောင်ပေါ်မှတရား"ဟု ထင်ရှား၏။ ထိုတရား၌ လူသားအချင်းချင်း ငဲ့ညှာရေး၊ သနားကြင်နာရေး၊ သည်းခံရေး၊ စိတ်ကောင်းထားရေး သဘောတရားများကို အခြေခံထား၍ ဟောကြားခြင်းဖြစ်ရာ အချို့သော နေရာများ၌ **ဓမ္မဟောင်းကျမ်း**၌ ပါဝင်သော ပညတ်များနှင့် ဆန့်ကျင်နေသည်က များ၏။

**ရန်သူ့မြေသို့** **ယေရှု**သည် ရန်သူများရှိရာ **ဂျေရုဆလင်**သို့ နောက်ပါ အခြံအရံများနှင့်အတူ ထွက်ခွာသွားလေ၏။ သူနှင့် အကြီးမားဆုံး ပဋိပက္ခဖြစ်နေသူမှာ ကုန်သည်ကြီးများ၊ ထင်ရှားသည့် ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ၊ **ဖာရီရှဲ** ခေါ်သည့် သမားရိုးကျကို အစွဲကြီးသော ဘုန်းတော်ကြီးများ ဖြစ်ကြ၏။ သူသည် **ဂျေရုဆလင်**အနီးမှ **ဘီသနီ**မြို့ကလေး၌ နေလျက် **ဂျေရုဆလင်**မြို့သို့ ကြွ၍ တရားဟောလေ့ရှိ၏။

**သစ္စာဖောက်** ကျင်းပတော့မည့် **ပဆိုဗာ**ပွဲတော် မတိုင်မီ တစ်ညတွင် တပည့်တစ်ယောက်၏ အိမ်၌ လက်ရွေးစင် တပည့် ၁၂ ယောက်နှင့်အတူ ညစာ စားကြပြီးနောက် မြို့ပြင်ရှိ သွားနေကျ ဥယျာဉ်သို့ သွားကြ၏။ ဥယျာဉ်သို့ ရောက်၍ မကြာမီပင် တပည့်ကြီးများ အိပ်ပျော်ကုန်ကြ၏။ **ဂျုဒအစ္စကယ်ရီရော့** အမည်ရှိ တပည့်ကြီးမှတပါး တပည့် တစ်ဆယ့်တစ်ယောက် သူနှင့်အတူ ရှိနေ၏။ **ဂျုဒအစ္စကယ်ရီရော့**မှာမူ ညစာစားပြီး

ခပ်စောစောကပင် တနေရာသို့ ထွက်သွား၏။ သူ့ကို ရည်ရွယ်၍ပင် "သင်တို့ထဲက တယောက်ယောက် ငါ့ကို သစ္စာဖောက်လိမ့်မယ်"ဟု ညစာစားပွဲ၌ **ယေရှု**က ပြောခဲ့၏။

**နောက်ဆုံးည** ည သန်းခေါင်ကျော် အချိန်တွင် ဥယျာဉ်တွင်းသို့ အကြီးအကဲတို့ စေလွှတ်သောသူနှင့် စစ်သည်များသည် မီးတုတ်များနှင့် လက်နက်များ ကိုင်ဆောင်ကာ ဝင်လာကြ၏။ သူတို့ကို တပည့်ကြီး **ဂျူဒအစ္စကယ်ရီရော့** က ခေါ်လာခြင်း ဖြစ်၏။ **ယေရှု**က ထ၍ တွေ့သောအခါ ရန်သူများက **ယေရှု**ကို ဖမ်းဆီး၍ လက်ပြန်ကြိုး တုပ်လိုက်ကြ၏။ ထို့နောက် နာယက ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းသို့ ခေါ်သွားပြီးလျှင် ဘုရားသခင်ကို ပုတ်ခတ် ဟောပြောပြစ်၊ ဘာသာတရား ပုတ်ခတ် ဟောပြောပြစ် တို့ဖြင့် စွပ်စွဲ စစ်ဆေး နှိပ်စက်ကြ၏။

နံနက်လင်းသောအခါ ဂျူးဘာသာတရား၌ စိတ်လည်း မဝင်စား၊ **ယေရှု**တွင် အပြစ်လည်း မတွေ့၍ လွှတ်ပစ်လိုသော ဘုရင်ခံ **ပီလိတ်**ကို ဘုန်းကြီးများ မရမနေ သေဒဏ် အမိန့် အချခိုင်းကြ၏။ **ပီလိတ်**လည်း သေဒဏ်အမိန့် ချလိုက်ရ၏။

ဤသို့လျှင် **ယေရှု** ခရစ်တော်သည် ဘာသာတရားကို ဗန်းပြကာ စားလမ်းထွင်နေကြသော လူကြီးလူကောင်း ဆိုသူများနှင့် ဘုန်းကြီးများ၏ လက်ချက်ဖြင့် **ခရစ်ယာန် သာသနာပြုသက် ၃ နှစ်** မျှသာ ရသေးသည့် အချိန်တွင် လက်ဝါးကပ်တိုင်၌ ရိုက်ထားလျက် အသေသတ်ခြင်းကို ခံတော်မူ ရရှာလေသည်။ ထို့နောက် ၃ ရက်

မြောက်သောနေ့တွင် ဘုရားသခင်၏ အကြံတော်အတိုင်း သေခြင်းမှ ထမြောက်တော်မူ၍ ကောင်းကင်ဘုံသို့ ကြွတော်မူသည်ဟု ကျမ်းစာတွင် ပြဆိုထားပေသည်။

•••••••••••••••••

## အစ္စလာမ် ဘာသာ

တည်ထောင်သူ – အာရပ် လူမျိုး၊ မိုဟာမက်။
မွေးဖွားသည့်နှစ် – ခရစ်နှစ် ၅၇၀ (အေဒီ ၅၇၀)။
တည်ထောင်သည့်နှစ် – ခရစ်နှစ် ၆၁၀ (အေဒီ ၆၁၀)။
မဒီနာသို့ ထွက်ခွာသည့်နှစ် – ခရစ်နှစ် ၆၂၂ (အေဒီ ၆၂၂)။
ကွယ်လွန်သည့်နှစ် – ခရစ်နှစ် ၆၃၂ (အေဒီ ၆၃၂)။
စတင် ပေါ်ပေါက်ရာဌာန – အာရေဗျနိုင်ငံ၊ မက္ကာမြို့။
ဘာသာ၏ အထွတ်အထိပ်ပုဂ္ဂိုလ် – အလ္လာဟ်ဘုရားသခင်။
ပဓာနကျမ်းဂန် – ကိုရန်ကျမ်းမြတ်။

**အခြေခံ ယုံကြည်ချက်များ** "အစ္စလာမ်" သည် အာရဗီ ဘာသာစကား ဖြစ်၏။ "နာခံခြင်း" ဟု အဓိပ္ပာယ်ရ၏။ အလ္လာဟ် ဘုရားသခင်၏ အမိန့်တော်ကို

နာခံခြင်းကိုပင် **အစ္စလာမ်** ဟု ခေါ်ခြင်းဖြစ်သည်။ **အလ္လာဟ်** ဘုရားသခင်၏ အမိန့်တော်ကို နာခံသူတိုင်း **အစ္စလာမ်** ဘာသာကို ကိုးကွယ်သော **မူဆလင်**များ ဖြစ်ကြသည်။ ဘာသာကို **အစ္စလာမ်** ဟု ခေါ်၍ ထိုဘာသာ ကိုးကွယ်သူကို **မူဆလင်** ဟု ခေါ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ **မိုဟာမက်** တည်ထောင်သော ဘာသာဖြစ်၍ **မဟာမေဒင်** ဘာသာဟုလည်း ခေါ်ကြသည်။

ကမ္ဘာကြီးနှင့် သတ္တဝါတွေကို **အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်** က ဖန်ဆင်းသည်။ **အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်** သည် ကမ္ဘာ၏ ပထမဆုံး လူသားအဖြစ် **အာဒမ်**(Adam) အမျိုးသားနှင့် **ဧဝ**(Eve) အမျိုးသမီး တို့ကို ဖန်ဆင်းသည်။ သူတို့ နှစ်ယောက်မှ လူသားတွေ ဆက်ကာ ဆက်ကာ ပေါက်ပွားလာကြ၏။ [ခရစ်ယာန်ဘာသာကလည်း အာဒမ် နှင့် ဧဝကို ပထမဆုံး လူသားအဖြစ် ထာဝရဘုရားသခင် (GOD)က ဖန်ဆင်းသည်ဟု ယူဆသည်။]

**အစ္စလာမ်** ဘာသာတွင် ပဓာနအားဖြင့် ယုံကြည်ရမည့် အချက်ကြီးများမှာ–

၁။ ကမ္ဘာကို ဖန်ဆင်း အုပ်စိုးသော **အလ္လာဟ်** အရှင်မြတ်ကို ယုံကြည်ရမည်။

၂။ **အလ္လာဟ်**၏ အမိန့်အတိုင်း ဆောင်ရွက်ရသော ကောင်းကင် တမန်များကို ယုံကြည်ရမည်။

၃။ တမန်တော်ကြီး၊ တမန်တော်ကလေးများကို ယုံကြည် ရမည်။ တမန်တော်ကြီးများမှာ **အာဒမ်၊ နော၀၊**

**အေဗရာဟင်၊ မိုးဇက်၊ ယေရှု** တို့ ဖြစ်ကြသည်။ **မိုဟာမက်** မှာ အကြီးမြတ်ဆုံး တမန်တော် ဖြစ်သည်။

၄။ တရား ဆုံးဖြတ်မည့်နေ့ကို ယုံကြည်ရမည်။ တရားဆုံးဖြတ်မည့်နေ့တွင် လူတွေအားလုံး သေရာမှ ပြန်ရှင်လာကြပြီး **အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်** အထံ၌ တရားအဆုံးဖြတ် ခံရမည်။ [ခရစ်ယာန်ဘာသာကလည်း ထာဝရဘုရားသခင်က တရားဆုံးဖြတ်လိမ့်မည်ဟု ယူဆသည်။]

၅။ တလောကလုံး ဖြစ်ပျက်သမျှသည် **အလ္လာဟ်** အရှင်မြတ်၏ အလိုတော်အတိုင်းသာ ဖြစ်ပျက်နေခြင်း ဖြစ်သည်။

**အစ္စလာမ်**ဘာသာ၌ အခြေခံ အချက်ကြီး ငါးချက် ရှိသည်။ ယင်းတို့မှာ–

၁။ **အလ္လာဟ်** အရှင်မြတ်သည် တဆူတည်းသော ဘုရားသခင် ဖြစ်သည်။ **မိုဟာမက်**သည် အကြီးမြတ်ဆုံးသော တမန်တော် ဖြစ်သည်။

၂။ တနေ့လျှင် ၅ ကြိမ် ဘုရား ဝတ်ပြုရမည်။

၃။ ဆင်းရဲသားများအား ကျွေးမွေး ပေးကမ်းရမည်။

၄။ **ရမ်မဇမ်**လ၌ ဥပုသ်စောင့်ရမည်။

၅။ ငွေကြေး တတ်နိုင်သူများ **ဆော်ဒီအာရေဗျနိုင်ငံ မက္ကာမြို့**သို့ ဘုရားဖူး သွားရမည်။ (**ဟာဂျ်** သွားသည်ဟု ခေါ်ကြသည်။)

**အစ္စလာမ်** ဘာသာ၏ အရေးကြီးလှသော သင်ကြားချက် တစ်ခုမှာ "ရပ်တုကို ရှိမခိုးရ၊ မကိုးကွယ်ရ" ဟူ၍ ဖြစ်သည်။

**ပေါ်ပေါက်လာပုံ** **အာရေဗျ** နိုင်ငံ **မက္ကာ**မြို့ သည် တမန်တော် **မိုဟာမက်** မပေါ်ထွန်းမီ **အေဒီ ၆ ရာစု** အစပိုင်းကတည်းက ဘုရားဖူးများဖြင့် စည်ကား၏။ ယင်းသို့ စည်ကားခြင်းမှာ ဘာသာရေးအရ အချက်အချာ ကျသောကြောင့်သာ မဟုတ်၊ တောင်ဘက်၊ အရှေ့တောင်ဘက်တွင် **အိန္ဒိယ**ပြည်နှင့် **ပါရှား**ပြည်၊ မြောက်ဘက်တွင် **ဆီးရီးယား**နိုင်ငံ၊ အနောက်မြောက်ဘက်တွင် **အီဂျစ်** နိုင်ငံများရှိရာ ကုန်သွယ်ရေး လမ်းကြောင်း ဗဟို၌ တည်ရှိနေသဖြင့် စီးပွါးရေးအရ အချက်အချာ ကျသောကြောင့်လည်း ဤမျှ စည်ကားနေခြင်း ဖြစ်ဟန်တူပေသည်။

ဤ အချက်သည်ပင် **အစ္စလာမ်**ဘာသာ ပေါ်ထွန်းလာရခြင်း၏ အကြောင်း တစိတ်တဒေသ ဖြစ်နိုင်ပေသည်။ နိုင်ငံရပ်ခြား စီးပွားရေးသမားများသည် ဘာသာရေးသမားများ စုဝေးရာဖြစ်သော **ကအာဗာ** ဝတ်ကျောင်းတော်နှင့် **အစ္စမေးလ်**၏ ရေကြည်တော်တွင်း တို့၌ လူစည်ကားနေသည်ကို တွေ့ရသောအခါ **စီးပွားရေး** လာဘ်မြင်သူများ ဖြစ်ကြသည့်အတိုင်း စီပွားရေးအရ **အမြတ်ထုတ်** ကြခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် **မက္ကာသည် ဈေးမြို့** ဖြစ်လာရုံမျှမက **ကအာဗာ** ဝတ်ကျောင်းတော် တဝိုက်သည်လည်း ဈေးရပ်ကွက်သဖွယ် ဖြစ်လာရဟန် တူပေသည်။

ဤသို့သော နေရာများသည် အပျော်အပါး **လောင်းကစား** သမားများ၊ အမူးသမားများ ကျက်စားရာ ဖြစ်ပေသည်။ လူမျိုးစုံသော နေရာ၌ ကိုးကွယ်မှုမျိုးစုံလာကာ ကိုးကွယ်စရာ ရုပ်တုတွေလည်း များပြားလာခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

**ကအာဗာ** ဝတ်ကျောင်းတော်၌ ဘုရားဖူး စည်ကားသည်ကို ထောက်ဆခြင်းအားဖြင့် တမန်တော် **မိုဟာမက်** မပေါ်ထွန်းမီအချိန်က ဂျူးဘာသာ **ခရစ်ယာန်** ဘာသာတို့ကို ကိုးကွယ်သူများကြဟန် တူပေသည်။ **ဇိုရိုအက်စတား** ဘာသာဝင်များလည်း မရှိဟု မဆိုနိုင်ချေ။ သို့သော် အများစုသည် စင်ကြယ်သော ဘာသာတရားကို ကိုးကွယ်ကြရဟန် မတူပေ။

**မိုဟာမက် ဖွားမြင်ခြင်း** ဤသို့သော အခြေအနေတွင် တမန်တော် **မိုဟာမက်**ကို မွေးဖွားလာခြင်း ဖြစ်၏။ သူသည် **မက္ကာမြို့**တွင် **ခရစ်နှစ် ၅၇၀ ခုနှစ်၌** ဖွားမြင်သူ ဖြစ်သည်။ မိခင်မှာ **အာမေနတ်၊** ဖခင်မှာ **အဗ္ဗဒူလာ** ဖြစ်သည်။ သူ မမွေးဖွားမီကလေးတွင် ဖခင်ကွယ်လွန်သွား၍ ဖခင်၏ မျက်နှာကို သူမမြင်လိုက်ရပေ။ မိခင်သည်လည်း သူ ခြောက်နှစ်သား အရွယ်တွင် ကွယ်လွန်သွား၏။ သူ့ကို သူ့ ဦးလေး **အဘူတာလစ်** က ကျွေးမွေး စောင့်ရှောက်ထားရ၏။

မိုဟာမက် လူလားမြောက်သောအခါ ဆီးရီးယားနိုင်ငံ သို့ ကုလားအုပ်များဖြင့် ကုန်ကူးသွားသော ကုန်သည်များကို ဦးဆောင် လမ်းပြ လုပ်ရ၏။ သူ၏ အလုပ်အကိုင် ကျွမ်းကျင်မှုကြောင့် ပစ္စည်းချမ်းသာလှသော ကလေးသုံးယောက် မိခင် မုဆိုးမကြီး **ခဒီဂျာ** က **မိုဟာမက်** ကို သူ၏ ကိုယ်စားလှယ်အဖြစ် ခန့်အပ်ကာ အဆိုပါနိုင်ငံများသို့ ကုန်ကူးသန်းရန် စေလွှတ်၏။ **မိုဟာမက်**၏ ကျွမ်းကျင်မှု၊ သစ္စာရှိမှု၊ စိတ်ကောင်းရှိမှု တို့ကြောင့် **ခဒီဂျာ** က **မိုဟာမက်** ကို အိမ်ထောင်ဘက်အဖြစ် ရွေးလိုက်၏။

ထိုအချိန်၌ **ခဒီဂျာ**က အသက် ၅၀ ရှိပြီ ဖြစ်၍ **မိုဟာမက်**ကမူ၂၅ နှစ်မျှသာ ရှိသေး၏။ သို့သော် အိမ်ထောင်ရေးသုခကို ရကြသည်ဟု ဆို၏။

**အစ္စလာမ်ဘာသာ၏ အစ** **ခဒီဂျာ**နှင့် လက်ထပ်ပြီးသောအခါ **မိုဟာမက်**၌ အချိန်အား ရသဖြင့် အားလပ်သည့် အချိန်များတွင် တဦးတည်း တိတ်ဆိတ်စွာ ထိုင်လျက် တရားနှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်၏။ အထူးသဖြင့် သူသည် **မက္ကာ** ၏ လက်ရှိ ဘာသာရေး အခြေအနေကို ဘဝင်မကျနိုင်သဖြင့် ဘာသာတရားကို ပိုမို တိုးတက်ကောင်းမွန်အောင် ပြုပြင်နိုင်မည့် နည်းလမ်းကို အပြန်ပြန် အလှန်လှန် ဆင်ခြင် သုံးသပ် ရှာဖွေနေ၏။

ထိုသို့ ဆင်ခြင် သုံးသပ်နေစဉ် တညတွင် ကောင်းကင်တမန် **ဂေဗရီယယ်** သူ့ရှေ့၌ ပေါ်လာပြီးလျှင် ဘုရားသခင်၏ ဗျာဒိတ်တော်ကို ပေး၍ အဖတ်ခိုင်း၏။

**မိုဟာမက်**သည် ဝမ်းသာအားရနှင့် အိမ်သို့ ပြေးသွားပြီးလျှင် သူ၏ ထူးဆန်းသော အဖြစ်အပျက်များကို သူ့ဇနီးအား ပြောပြ၏။ **ခဒီဂျာ**က အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်၏။ ကာလ အတန်ကြာသော် **မိုဟာမက်**သည် သူ့ကိုယ်သူ ဘုရားသခင် ရွေးချယ်သော တမန်တော်အဖြစ် ယုံကြည်ယူဆကာ သူ့မိသားစုနှင့် ဆွေမျိုး**များကို** စ၍ တရားဟောတော့၏။

**ဘုရားဖူးသူများအား တရား စဟောခြင်း** ဆွေမျိုးများထဲမှ သူ့တရားကို ယုံကြည်လက်ခံသူ အတော်များများ ရှိလာသောအခါ **ကအာဗာ** ဘုရား ဝတ်ကျောင်းတော်သို့ သွား၍ ဘုရားဖူးများအား တရားဟောလေသည်။ သူ့တရားကို "အလ္လာဟ် အရှင်မြတ်မှတပါး ဘုရားမရှိ၊ **မိုဟာမက်** ဟာ **အလ္လာဟ်**အရှင်မြတ်၏ တမန်တော် ဖြစ်သည်" ဟူသော စကားမှ စ၍ ဟောသည်။ လူတွေက သူ့တရားကို မယုံကြည်ကြရုံမျှမက သူ့ကို ပြောင်လှောင် ရယ်မောကြ၏။

သို့သော် **မိုဟာမက်**ကား မလျှော့။ ဆက်လက်၍ ဟောမြဲ ဟောလေ၏။

**မဒီနာသို့ ရွှေ့ပြောင်းရခြင်း** အတန်ကြာသော် တမန်တော် **မိုဟာမက်**သည် ရုပ်တု ကိုးကွယ်မှု ဆန့်ကျင်ရေး၊ အရက်နှင့် လောင်းကစား ဆန့်ကျင်ရေး တရားများကိုပါ ဟောလေသည်။ **ကအာဗာ** ဝတ်ကျောင်းတော်နှင့် **အစ္စမေးလ်** ရေကြည်တော်တွင်းကို မှီ၍ စီးပွားရှာ နေကြသော စီးပွားရေးသမားများ၏ မှုမမှန်သော လုပ်ရပ်များကိုပါ ထုတ်ဖော် ထိပါး၍ ဟောကြား၏။ ဤ တရားများက တမန်တော်ကို ရန်များလာစေသည်။

သို့နှင့် အထိပါးခံရသူများသည် တမန်တော်ကို သတ်ရန် စီစဉ်ကြ၏။ သူတို့၏ အစီအစဉ်ကို တမန်တော် ကြိုတင်သိ၍ သတ်မည့်ညတွင် ကုလားအုပ်စီးလျက် နောက်ပါ အချို့နှင့် အတူ **ယသရစ်** မြို့သို့ ရွှေ့ပြောင်း လွတ်မြောက်သွား၏။ ယသရစ်ကိုလည်း **မဒီနာ**ဟု နာမည်ပြောင်းလိုက်၏။

ယင်းသို့ ထွက်ပြေးသွားသော နှစ်မှာ **ခရစ်နှစ် ၆၂၂ ခုနှစ်** ဖြစ်၏။ ထိုအချိန်တွင် **တမန်တော်၏ အသက် ၅၃ နှစ်** ရှိပေပြီ။

**ခုနှစ် ရေတွက်ပုံ** **အစ္စလာမ်** ဘာသာ၌ တမန်တော် **မဒီနာ** သို့ ရွှေ့ပြောင်းသော ညသည် အလွန်အရေးပါလှ၏။ အကြောင်းမှာ **မိုဟာမက်**၏ တရားတော်များကို **မဒီနာ**မှ စ၍ ထိရောက်စွာ ဟောပြော ဖြန့်ဖြူးနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် **မူဆလင်**တို့သည် ခုနှစ်ကို ရေတွက်လျှင် တမန်တော် **မိုဟာမက် မဒီနာ** သို့ ထွက်ခွာသောနှစ်မှ စ၍ ရေတွက်ကြ၏။ သို့ဖြစ်ရာ **ခရစ်နှစ် ၆၂၂ ခုနှစ်** သည် **မူဆလင်**တို့ **ဟိဂျရီ** နှစ်အရ **၁ နှစ်** ဖြစ်လေသည်။

**ဗုဒ္ဓသာသနာနှစ်** ရေတွက်ပုံမှာ **ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ** ပရိနိဗ္ဗာန်စံသောနှစ်မှ စ၍ ရေတွက်၏။ **ကမ္ဘာသုံး ခရစ်နှစ်** ရေတွက်ပုံမှာ **ယေရှုခရစ်** မွေးဖွားသော နှစ်မှ စ၍ ရေတွက်၏။ ထို့ကြောင့် **ယေရှုခရစ်** မမွေးဖွားမီ နှစ်များကို **(B.C)** ဟု အတိုကောက် ရေး၍ မွေးဖွားပြီးနောက် နှစ်များကို **(A.D)** ဟု အတိုကောက် ရေးကြ၏။

**တိုက်ရင်းဖြန့်** **မဒီနာ**မြို့၌ တမန်တော် **မိုဟာမက်**၏ တရားများကို လူအများအပြား ယုံကြည် လက်ခံကြ၏။ ဂျူးတို့ကမူ လက်မခံကြချေ။ **မိုဟာမက်** ကို **မဒီနာ** မြို့သားတို့ လေးစားချစ်ခင်ကြ၏။ မြို့၏ အကြီးအကဲ အဖြစ် တင်မြှောက်ကြ၏။

**မက္ကာ**မှ တမန်တော်၏ ရန်သူများသည် တမန်တော်ကို **မဒီနာ**အထိ လိုက်၍ သတ်ရန် စီစဉ်ကြ၏။ သူသည် ထိုရန်ကို ခုခံ တွန်းလှန်နိုင်ရန် စစ်သားများ စုဆောင်း၍ စစ်တပ် ဖွဲ့လိုက်ပြီးလျှင် ရန်သူများနှင့် ရင်ဆိုင် တိုက်ခိုက်ခဲ့ရာ တဖြည်းဖြည်း စစ်ပွဲအဖြစ် ရောက်သွားတော့၏။ စစ်ပွဲပေါင်း များစွာတွင် တမန်တော်၏ တပ်သားများက အောင်နိုင်ကြ၏။ ဤနည်းဖြင့် **မိုဟာမက်**သည် **အစ္စလာမ်** သာသနာကို တည်ထောင် ဖြန့်ဖြူးရ၏။ **မက္ကာ**ကိုကား မသွားနိုင်သေးပေ။

**အောင်ပွဲ** **ခရစ်နှစ်** ၆၃၀ ခုနှစ်၊ **ဟိဂျရိ(အစ္စလာမ်နှစ်)** ၈ နှစ် မြောက်သောအခါ **မိုဟာမက်**သည် တပ်သား တစ်သောင်း ပါဝင်သော တပ်မကြီးဖြင့် **မက္ကာ** သို့ ချီတက်သွားရာ **မက္ကာ**မြို့သားတို့က ကြောက်လန့်၍ မြို့မှ ထွက်ပြေးကြ၏။ တမန်တော်သည် မည်သူ့ကိုမျှ ရန်မပြုဘဲ **ကအာဗာ** ဝတ်ကျောင်းတော် သို့သာ တန်းတန်းမတ်မတ် ချီတက်သွားပြီးလျှင် သုံးရာ ခြောက်ဆယ်သော ရုပ်တုတို့ကို ဖျက်ဆီးစေပြီးနောက် အေးဆေးစွာ ဘုရားဝတ်ပြု နေလေ၏။

**ဟာ့ဂျ် သွားခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်** **ကအာဗာ(Kaaba)**ဆိုသည်မှာ ကျောက်တုံးနက် ဖြစ်၏။ ယင်း ကျောက်တုံးနက်ကို ကမ္ဘာဦးလူ တမန်တော် **အာဒမ်**က ကောင်းကင်ဘုံမှ ယူခဲ့ပြီးလျှင် ဤ**မက္ကာ**မြို့ ဖြစ်လာမည့် နေရာ၌ ကျောင်းဆောက်ကာ

သိမ်းဆည်းထားခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည် ဆို၏။ မက္ကာသို့ ကမ္ဘာနိုင်ငံ အနှံ့အပြားမှ ဘုရားဖူးသွားကြသူများသည် ဤကျောက်တုန်းနက်ကို ဖူးမြော်ရန် သွားကြခြင်း ဖြစ်သည်။ အခြား ဝတ်ပြုမှုတွေ ရှိသေးသော်လည်း ဤကျောက်တုန်းနက်သည် လိုရင်းဖြစ်သည်ဆို၏။

**မက္ကာ** မြို့သားတို့သည် **မိုဟာမက်** ရန်ပြုရန် လာခြင်းမဟုတ်ကြောင်း သိကြသောအခါ မြို့သို့ ပြန်လာပြီးလျှင် **မိုဟာမက်**ထံ စုဝေး ရောက်လာကြ၏။ တမန်တော်က ဆုံးမ ဩဝါဒစကား ပြောကြားပြီးလျှင် တရားဟော၏။ မြို့သား အများစု ကျေကျေနပ်နပ် ဖြင့် တမန်တော်၏ တရားကို ယုံကြည် လက်ခံကြ၍ **မူဆလင်** တွေ ဖြစ်လာကြ၏။

**နောက်ဆုံး ဩဝါဒ** တမန်တော် **မိုဟာမက်**သည် စစ်သား တစ်ယောက်မျှ **မက္ကာ**တွင် ချန်မထားခဲ့ဘဲ **မဒီနာ**သို့ အေးဆေးစွာ ပြန်ခဲ့၏။ နောင် ၂ နှစ် အကြာတွင် **မက္ကာ**သို့ ဘုရားဖူး တဖန် သွားပြန်ပြီးနောက် **မဒီနာ**သို့ ပြန်ရောက်သောအခါ တပည့်တို့ကို ခေါ်၍ နောက်ဆုံး ဩဝါဒကို ပေးလေသည်။ ယင်း ဩဝါဒမှာ "အလ္လာဟ် အရှင်မြတ်ကို ယုံကြည်ရမည်။ ရုပ်တုကို ဘယ်တော့မှ မကိုးကွယ်ရ။ ဆင်းရဲသူများကို သနားကြင်နာရမည်။ အလုပ်သမားကို သူ၏ ကိုယ်မှ ချွေးမခြောက်မီ သူ၏ လုပ်ခကို ပေးရမည်" စသော ဟောနေကျ တရားများပင် ဖြစ်၏။

သုံးလ ကြာသောအခါ အသက် ၆၃ နှစ် အရွယ်တွင် တမန်တော် **မိုဟာမက်**သည် **အလ္လာဟ်**အရှင်မြတ်၏ အမိန့်တော်ကို နာခံသွားလေသည်။

## အခန်း (၁၈)

# နေ့စဉ် ကုသိုလ်ဝတ်များ

**ယော်စဉ်က စ၍** ကလေးငယ်များ၊ လူငယ် လူရွယ်များသည် ယော်စဉ်ကစ၍ အလေ့ကောင်း အကျင့်ကောင်းတို့ကို ရရှိထားမှသာ အလေ့ဆိုး အကျင့်ဆိုးများ မဝင်လာအောင် တားဆီးနိုင်ပေမည်။ အလေ့ဆိုး အကျင့်ဆိုးများ ဝင်လာလျှင် လူဆိုးသူဆိုးဖြစ်ဖို့ သေချာပေသည်။

**အလိုမလိုက် အပေါင်းမမှား** ငယ်စဉ်က အလေ့ကောင်း အကျင့်ကောင်းတို့ကို ရရှိထားသော ကလေးသည် မျိုးစေ့ကောင်းကို ချမိပြီ ဖြစ်၍ ကြီးလာလျှင် လူကြီး လူကောင်း ဖြစ်ရန် သေချာသလောက် ဖြစ်ပေပြီ။ အရွယ်ရောက်လာသည့်အခါ မိတ်ဆွေဆိုးနှင့် အပေါင်းမှားလျှင်ဖြစ်စေ၊ လူကြီးမိဘများက

အချစ်လွန်၍ အလိုလိုက်များလျှင်ဖြစ်စေ လူကြီးလူကောင်း ဖြစ်ဖို့ မသေချာပေ။ ထို့ကြောင့် 'သေချာသလောက်' ဟု ဆိုရခြင်း ဖြစ်သည်။

**မိဘတို့ တာဝန်** သို့ဖြစ်ရာ ကလေးများ၊ လူငယ်လူရွယ်များ ငယ်စဉ်ကစ၍ အလေ့အကျင့်ကောင်းများ ရအောင် လူကြီးမိဘတို့က ပြုစုပျိုးထောင်ပေးဖို့ လိုအပ်သလို ထိုအလေ့အကျင့်ကောင်းများကို အရွယ်ရောက်လာသည့်အခါ၌ ဆက်လက် ထိန်းသိမ်းသွားနိုင်အောင်၊ မိတ်ဆွေဆိုးနှင့် မပေါင်းမိအောင်၊ အကျိုးယုတ်မည့် ကိစ္စတို့၌ အလို မလိုက်မိအောင် လက်ဦးဆရာ ဖြစ်သည့် လူကြီးမိဘများက အထူး သတိကြီးကြီးထားကာ အမြဲတစေ မျက်ခြည်မပြတ် ထိန်းသိမ်း ပဲ့ကိုင်ပေးဖို့ လွန်စွာ လိုအပ်ပေသည်။

**ကုသိုလ် အလေ့အကျင့်** ယင်းသို့ ပြုစု ပျိုးထောင်ပေးရမည့် အလေ့အကျင့်ကောင်းများ အနက် စိတ်ဓာတ်ပြုပြင်ရေးနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာ ကုသိုလ်ဝတ်များကို နေ့စဉ် အချိန်မှန်မှန် ပြုလုပ်ဆည်းပူးစေခြင်းသည် အရေးပါလှသော အလေ့အကျင့်များတွင် တစ်ခု အပါအဝင် ဖြစ်ပေသည်။

ထို့ကြောင့် နေ့စဉ် ရတနာသုံးပါးကို ရှိခိုးခြင်း၊ ဘိုးဘွား မိဘတို့ကို ရှိခိုးဦးချပြီးမှ အိပ်ခြင်း၊ မြတ်စွာဘုရားအား ပန်းကပ် ဆွမ်းကပ်ခြင်း၊ သတ္တဝါများအား မေတ္တာပို့ခြင်း စသော ကုသိုလ်

အလေ့အကျင့်များကို အချိန်များများ မကုန်စေဘဲ ပြုလုပ်နိုင်ရန် ရွတ်ကောင်း ရလွယ်၊ တိုကျဉ်း ထိမိ၊ ခံစားမှုပီတိ အပြည့်ပါသော ဘုရားရှိခိုး၊ ပန်းကပ်၊ ဆီမီးကပ် စသည်တို့ကို အောက်တွင် ဖော်ပြထားပါသည်။

## ဘုရားရှိခိုး အကျဉ်း

ကိုယ်တော်တိုင် ကိလေသာခပ်သိမ်း ချုပ်ပြတ်ငြိမ်းလျက် ဒုက္ခဇာတ် သိမ်းတော်မူပြီးသည်ဖြစ်၍ သတ္တဝါဝေနေ တပည့်တွေကို လည်း ကိလေသာငြိမ်းကြောင်း နည်းကောင်းညွှန်ပြ ဆိုဆုံးမ၍ ဒုက္ခအထွေထွေ ငြိမ်းအေးစေတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားကို တပည့်တော်သည် ကြည်ညိုမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုး ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

## တရားရှိခိုး အကျဉ်း

ဆင်းရဲအဖြာဖြာ ငြိမ်းလိုပါ၍ လိုက်နာကြသူ များဗိုလ်လူကို အပူငြိမ်းအေး ဆင်းရဲဘေးမှ ကင်းဝေးလေအောင် နိဗ္ဗာန်သောင်သို့ ပို့ဆောင်ပေတတ် တရားတော်မြတ်ကို တပည့်တော်သည် ကြည်ညို မြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုး ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

## သံဃာရှိခိုး အကျဉ်း

မြတ်စွာဗုဒ္ဓ ဟောညွှန်ပြ၍ ဆုံးမတိုင်းသာ သုံးသိက္ခာကို ကောင်းစွာလည်းကျင့် ဖြောင့်စွာကျင့်၍ ဖြည့်ကျင့်မှန်စွာ အရိယာဟု ရှစ်ဖြာသန့်စင် ထေရ်အရှင်နှင့် နွယ်ဝင်အရိယာ မြတ်သံဃာကို တပည့်တော်သည် ကြည်ညိုမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုး ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

**မှတ်ချက်။ ။ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ဂုဏ်တော်စုံကို မကျဉ်းမကျယ် ရှိခိုးလိုသူများသည် ဤ စာအုပ် စာမျက်နှာ(၃၂) ၌ ဘုရားဂုဏ်တော်၊ စာမျက်နှာ(၄၇) ၌ တရားဂုဏ်တော်၊ စာမျက်နှာ(၆၀) ၌ သံဃာ့ဂုဏ်တော် ဘုရားရှိခိုးများကို ကျက်မှတ်၍ ရှိခိုးနိုင်ကြပါသည်။**

## ပန်း ကပ်လှူပူဇော်ရန်

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ဂုဏ်တော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော် အနန္တ၊ တန်ခိုးတော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သုံးလောကထွတ်ထား သဗ္ဗညု ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား အဆင်း အနံ့ သင်းပျံ့လှိုင်ကြွယ် ပန်းသွယ်သွယ်ကို ရင်ဝယ်သိမ့်သိမ့် ပီတိစိမ့်မျှ ချမ်းငြိမ့်ကြည်သာ စေတနာဖြင့် ခေမာမြို့နန်း ရောက်ဖို့မှန်း၍ လှူဒါန်း ဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

## ဆီမီး ကပ်လှူပူဇော်ရန်

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ဂုဏ်တော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော် အနန္တ၊ တန်ခိုးတော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သုံးလောက ထွတ်ထား သဗ္ဗညု ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား ဖယောင်းဆီမီး လျှပ်စစ်မီးနှင့် မီးအသွယ်သွယ် ရောင်လျှံခြယ်၍ ရင်ဝယ်သိမ့်သိမ့် ပီတိစိမ့်မျှ ချမ်းငြိမ့်ကြည်သော စေတနာဖြင့် ခေမာမြို့နန်း ရောက်ဖို့မှန်း၍ လှူဒါန်း ဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

## ရေချမ်း ကပ်လှူပူဇော်ရန်

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ဂုဏ်တော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော် အနန္တ၊ တန်ခိုးတော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သုံးလောက ထွတ်ထား သဗ္ဗညု ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား အေးမြကြည်လင် မြတ်ရေစင်ကို ကြည်ရွှင်ရင်သိမ့် ပီတိစိမ့်မျှ ချမ်းငြိမ့်ကြည်သော စေတနာဖြင့် ခေမာ မြို့နန်း ရောက်ဖို့မှန်း၍ လှူဒါန်း ဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

## ဆွမ်းကပ်လှူပူဇော်ရန်

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ဂုဏ်တော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော် အနန္တ၊ တန်ခိုးတော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သုံးလောက ထွတ်ထား သဗ္ဗညု ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား အဆင်း အနံ့၊ အရသာ အဖုံဖုံ ပြည့်စုံပါသော ဘောဇဉ်ခဲဖွယ် အသွယ်သွယ်ကို ရင်ဝယ်သိမ့်သိမ့် ပီတိစိမ့်မျှ ချမ်းငြိမ့် ကြည်သော စေတနာဖြင့် ခေမာမြို့နန်း ရောက်ဖို့ မှန်း၍ လှူဒါန်း ဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

## သစ်သီး ကပ်လှူပူဇော်ရန်

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ဂုဏ်တော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော် အနန္တ၊ တန်ခိုးတော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သုံးလောက ထွတ်ထား သဗ္ဗညု ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား အဆင်း အနံ့၊ အရသာ အဖုံဖုံ ပြည့်စုံပါသော သစ်သီးခဲဖွယ် အသွယ်သွယ်ကို ရင်ဝယ်သိမ့်သိမ့် ပီတိစိမ့်မျှ ချမ်းငြိမ့် ကြည်သာ စေတနာဖြင့် ခေမာမြို့နန်း ရောက်ဖို့ မှန်း၍ လှူဒါန်း ဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

## ဆုတောင်းအမျှဝေ

ဤသို့လျှင် သုံးလောကထွတ်ထား၊ သဗ္ဗညု ရှင်တော်မြတ် ဘုရား၏ ဘုန်းတော်၊ ဂုဏ်တော်၊ တန်ခိုးတော်နှင့် ဉာဏ်တော် အဖုံဖုံ ကျေးဇူးဂုဏ်ကို ကြည်ယုံမျှော်မှန်း လှူဒါန်းဆက်ကပ်ရသော ဤ ဒါနကောင်းမှု (ဆောက်တည်ရသော သီလကောင်းမှု၊ ပွါးများရသော ဘာဝနာကောင်းမှု) အစုစုတို့ကြောင့် တပည့်တော် (တို့)သည် ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့နှင့်သာ တွေ့ကြုံ ဆုံဆည်း ပေါင်းသင်းဆက်ဆံ ရ၍ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့ ဟောပြောသော တရားမှန် စကားမှန်တို့ကို နာခံ မှတ်သားရသဖြင့် ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့ ကျင့်ကြံ နေထိုင်ကြသည့်အတိုင်း ဆင်းရဲ ငြိမ်းကြောင်း အကျင့်ကောင်း အကျင့်မှန်တို့ကို ကျင့်ကြံပွားများ ကြိုးစား အားထုတ်နိုင်(ကြ)သဖြင့် ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက် ပြုရပါလို(ကုန်)၏ အရှင်ဘုရား။

ဤကောင်းမှု အစုစု၏ အဖို့ဘာဂကို မိဘဘိုးဘွား ဆရာသမား တို့မှစ၍ အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့အား အမျှ ပေးဝေပါ(ကုန်)၏။

အမျှ ရ၍ ချမ်းသာကြပါစေ။

အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါ(ကုန်)လော့။

မှတ်ချက်။ ။ တစ်ဦးတည်းကပ်လှူလျှင် လက်သည်းကွင်းအတွင်းရှိ စကားများကို ထည့်မရွတ်ရ။

---

## မေတ္တာပို့ အကျဉ်း

သဗ္ဗေ သတ္တာ = သတ္တဝါ မှန်သမျှ

အဝေရာ ဟောန္တု = ဘေးရန် ကင်းကြပါစေ။

အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု = စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ။

အနီဃာ ဟောန္တု = ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ။

သုခီ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု = မိမိကိုယ်ကို ချမ်းသာစွာ ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။

(မေတ္တာပို့)

ဒုက္ခာ မုစ္စန္တု = ဆင်းရဲခြင်းမှ လွတ်ကင်းကြပါစေ။

(ကရုဏာပို့)

ယထာလဒ္ဓသမ္ပတ္တိတော မာ ဝိဂစ္ဆန္တု = ရပြီးသား စည်းစိမ် ချမ်းသာမှ မကင်းကွာ မယုတ်လျော့ ကြပါစေနှင့်။ (မုဒိတာပို့)

ကမ္မဿကာ= မိမိ၏ ကောင်းမှု၊ မကောင်းမှုသည်သာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ ရှိကြပါတကား။ (ဥပေက္ခာပွါး)

## ၅၂၈ သွယ် မေတ္တာပို့ အကျယ်

၁။ သဗ္ဗေ သတ္တာ အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဈာ ဟောန္တု၊ အနီဃာ ဟောန္တု၊ သုခီ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

၂။ သဗ္ဗေ ပါဏာ အဝေရာ ဟောန္တု ... အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

၃။ သဗ္ဗေ ဘူတာ အဝေရာ ဟောန္တု ... အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

၄။ သဗ္ဗေ ပုဂ္ဂလာ အဝေရာ ဟောန္တု ... အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

၅။ သဗ္ဗေ အတ္တဘာဝပရိယာပန္နာ အဝေရာ... အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

(ဤ ၅ ပါးသည် အနောဓိမေတ္တာ)

၆။ သဗ္ဗာ ဣတ္ထိယော အဝေရာ ... ပရိဟရန္တု။

၇။ သဗ္ဗေ ပုရိသာ အဝေရာ ... ပရိဟရန္တု။

၈။ သဗ္ဗေ အရိယာ အဝေရာ ... ပရိဟရန္တု။

၉။ သဗ္ဗေ အနရိယာ အဝေရာ ... ပရိဟရန္တု။
၁၀။ သဗ္ဗေ ဒေဝါ အဝေရာ ... ပရိဟရန္တု။
၁၁။ သဗ္ဗေ မနုဿာ အဝေရာ ... ပရိဟရန္တု။
၁၂။ သဗ္ဗေ ဝိနိပါတိကာ အဝေရာ ... ပရိဟရန္တု။

## (ဤ ၇ ပါးကား ဩဓိမေတ္တာ)

၁။ သဗ္ဗေ သတ္တာ = သတ္တဝါ မှန်သမျှ
အဝေရာ ဟောန္တု = ဘေးရန် ကင်းကြပါစေ။
အဗျာပဇ္ဈာ ဟောန္တု = စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ။
အနီဃာ ဟောန္တု = ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ။
သုခီ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု = မိမိကိုယ်ကို ချမ်းသာစွာ ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။
၂။ သဗ္ဗေ ပါဏာ = အသက်ရှုသူ မှန်သမျှ ... ။
၃။ သဗ္ဗေ ဘူတာ = ခန္ဓာငါးပါး ထင်ရှားဖြစ်သူ မှန်သမျှ ...။
၄။ သဗ္ဗေ ပုဂ္ဂလာ = ပုဂ္ဂိုလ် မှန်သမျှ ... ။
၅။ သဗ္ဗေ အတ္တဘာဝပရိယာပန္နာ = အတ္တဘော၌ အကျုံးဝင်သူ မှန်သမျှ ...။
၆။ သဗ္ဗာ ဣတ္ထိယော = အမျိုးသမီး မှန်သမျှ ...။
၇။ သဗ္ဗေ ပုရိသာ = အမျိုးသား မှန်သမျှ ...။
၈။ သဗ္ဗေ အရိယာ = အရိယာ မှန်သမျှ ...။
၉။ သဗ္ဗေ အနရိယာ = ပုထုဇဉ် မှန်သမျှ ... ။
၁၀။ သဗ္ဗေ ဒေဝါ = နတ် မှန်သမျှ ...။

၁၁။ သဗ္ဗေ မနုဿာ = လူ မှန်သမျှ . . . ။
၁၂။ သဗ္ဗေ ဝိနိပါတိကာ = အပါယ်ဘုံသား မှန်သမျှ . . . ။

**မေတ္တာ ၁၂ ပါး** ယခု ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း **အနောဓိမေတ္တာ** အပွါးခံ ပုဂ္ဂိုလ် ၅ ယောက်၊ **ဩဓိ မေတ္တာ** အပွါးခံ ပုဂ္ဂိုလ် ၇ ယောက်၊ ပေါင်း ပုဂ္ဂိုလ် ၁၂ ယောက် ဖြစ်သည်။

**မေတ္တာ ၄၈ ပါး** ပွါးပုံ အခြင်းအရာမှာ "အဝေရာ ဟောန္တု" စသည်ဖြင့် ၄ မျိုး ရှိရာ ပုဂ္ဂိုလ် တစ်မျိုးလျှင် ပွါးပုံ ၄ မျိုး၊ ပုဂ္ဂိုလ် ၁၂ မျိုး တွင် ပွါးပုံ ၄၈ မျိုး ဖြစ်သည်။

**မေတ္တာ ၄၈၀** အရပ်မျက်နှာသည် အရှေ့၊ အနောက်၊ တောင်၊ မြောက်၊ အရှေ့တောင်၊ အနောက် တောင်၊ အနောက် မြောက်၊ အရှေ့ မြောက်၊ အောက်၊ အထက် အားဖြင့် ၁၀ မျက်နှာ ရှိ၏။ အရပ်မျက်နှာ တခုစီ တခုစီ၌ **ဒိသာဖရဏ မေတ္တာ** အဖြစ်ဖြင့် အထက်ပါ မေတ္တာ ၄၈ ပါးကို ပွါးလျှင် အရပ် ၁၀ မျက်နှာစေအောင် ပွါးမိက ၄၈၀ ဖြစ်သည်။ ပွါးပုံမှာ–

ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ (အရှေ့ အရပ်၌) သဗ္ဗေ သတ္တာ အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဈာ ဟောန္တု၊ အနီဃာ ဟောန္တု၊ သုခီ **အတ္တာနံ** ပရိဟရန္တု။

[ပါဠော၊ ဘူတာ စသည် ၁၂ ယောက် စုံအောင်ပွါးပါ]

ပစ္ဆိမာယ ဒိသာယ (အနောက် အရပ်၌) သဗ္ဗေ သတ္တာ အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဈာ ဟောန္တု၊ အနီဃာ ဟောန္တု၊ သုခီ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

[ပါဌာ၊ ဘူတာ စသည် ၁၂ ယောက် စုံအောင်ပွါးပါ]

ဤနည်းအတိုင်း ဒက္ခိဏာယ ဒိသာယ (တောင် အရပ်၌)၊ ဥတ္တရာယ ဒိသာယ (မြောက် အရပ်၌)၊ ပုရတ္ထိမာယ အနုဒိသာယ (အရှေ့တောင် အရပ်၌)၊ဒက္ခိဏာယ အနုဒိသာယ (အနောက်တောင် အရပ်၌)၊ ပစ္ဆိမာယ အနုဒိသာယ (အနောက်မြောက် အရပ်၌)၊ ဥတ္တရာယ အနုဒိသာယ (အရှေ့မြောက် အရပ်၌)၊ ဟေဋ္ဌိမာယ ဒိသာယ (အောက် အရပ်၌)၊ ဥပရိမာယ ဒိသာယ (အထက် အရပ်၌) ဟု အရပ် ၁၀ မျက်နှာလုံး ပွါးရန် ဖြစ်သည်။

[အရပ်မျက်နှာကို ယခုခေတ် အစဉ်အတိုင်း စဉ်ပါသည်။]

**၅၂၈ သွယ် မေတ္တာ** ဒိသာဖရဏ မေတ္တာအဖြစ် အရပ် ဆယ်မျက်နှာ စေ့အောင် ပွါး၍ရသော ၄၈၀ မေတ္တာ၌ အရပ်မျက်နှာ မသတ်မှတ်ဘဲ ပွါး၍ရသော မူလမေတ္တာ ၄၈ ကို ပေါင်းထည့်လျှင် ငါးရာ့နှစ်ဆယ်ရှစ်သွယ် (၅၂၈) မေတ္တာ ဖြစ်၏။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ ဆရာက ဤနည်းကို **အပ္ပနာသမာဓိ** ပြည့်စုံပြီးသူသာ ပွားနိုင်ကြောင်း ဖော်ပြပြီးနောက် အပြည့်အစုံ ပွါးလျှင် **အပ္ပနာ ၅၂၈** ဖြစ်သည် ဟု ဆို၏။

**မှတ်ချက်။** ။ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်နှင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ် တို့၌ **သဗ္ဗေ သတ္တာ** စသည်ကို အခြင်းအရာဟု လည်းကောင်း၊ **အဝေရာ ဟောန္တု** စသည်ကို **အပ္ပနာ**ဟု လည်းကောင်း မိန့်တော်မူကြ၏။ ဤ၌ကား သိလွယ် မှတ်လွယ်စေရန် **သဗ္ဗေ သတ္တာ** စသည်ကို ပုဂ္ဂိုလ်ဟု လည်းကောင်း၊ **အဝေရာ ဟောန္တု** စသည်ကို **ပွါးပုံ အခြင်းအရာ**ဟု လည်းကောင်း ရေးသား သုံးနှုန်းပါသည်။

## ဆောင်ပုဒ်

ညွှန်ခွန် နေ့ခါး၊ ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ပေါင်းကြား ဆယ့်နှစ်ပေ။
ခြင်းရာ လေးသွယ်၊ မြှောက်ပွါးဆွယ်၊ လေးဆယ်ရှစ်မျိုးပေ။
ရပ်ဆယ်မျက်နှာ၊ မြှောက်ပြန်ခါ၊ လေးရာ ရှစ်ဆယ်ပေ။
အရပ်မျက်နှာ၊ မပိုင်းတာ၊ ပေါင်းကာ ထည့်လျှင်လေ။
ငါးရာ့ နှစ်ဆယ်၊ ရှစ်စွန်းကယ်၊ အကျယ် မေတ္တာပေ။
ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်၊ ကျမ်းမိန့်ချက်၊ လေးနက် မှတ်သားလေ။

# မေတ္တာသာရဏီယတရား

## ကာယကံ မေတ္တာ

မေတ္တာနှင့်ယှဉ်၊ **ပြုမူ**လျှင်၊ အစဉ်အောက်မေ့ဖွယ်။
သူ့ဂုဏ်ကျေးဇူး၊ မမေ့ဘူး၊ အထူးအောက်မေ့တယ်။
အများချစ်ခင်၊ ရှိသေချင်၊ ခင်မင်လေးစားတယ်။
စိတ်ဝမ်းမကွဲ၊ တစ်သွေးတည်း၊ ညီလည်းညီညွတ်တယ်။
ညီညွတ်သူဆောင်၊ ဆောင်တိုင်းအောင်၊ လူ့ဘောင်ငြိမ်းချမ်းတယ်။

## ဝစီကံ မေတ္တာ

မေတ္တာနှင့်ယှဉ်၊ **ပြောဆို**လျှင်၊ အစဉ်အောက်မေ့ဖွယ်။
ချိုသာစကား၊ ကျိုးလိုလား၊ ကြားရချမ်းသာတယ်။
သူ့ဂုဏ်ကျေးဇူး၊ မမေ့ဘူး၊ အထူးအောက်မေ့တယ်။
အများချစ်ခင်၊ ရှိသေချင်၊ ခင်မင်လေးစားတယ်။
စိတ်ဝမ်းမကွဲ၊ တစ်သွေးတည်း၊ ညီလည်းညီညွတ်တယ်။
ညီညွတ်သူဆောင်၊ ဆောင်တိုင်းအောင်၊ လူ့ဘောင်ငြိမ်းချမ်းတယ်။

## မနောကံ မေတ္တာ

မေတ္တာနှင့်ယှဉ်၊ **စိတ်ထား**လျှင်၊ အစဉ်အောက်မေ့ဖွယ်။
သူ့ဂုဏ်ကျေးဇူး၊ မမေ့ဘူး၊ အထူးအောက်မေ့တယ်။
အများချစ်ခင်၊ ရှိသေချင်၊ ခင်မင်လေးစားတယ်။
စိတ်ဝမ်းမကွဲ၊ တစ်သွေးတည်း၊ ညီလည်းညီညွတ်တယ်။
ညီညွတ်သူဆောင်၊ ဆောင်တိုင်းအောင်၊ လူ့ဘောင်ငြိမ်းချမ်းတယ်။

# ချမ်းမြေ့ရိပ်သာကျောင်း

## မေတ္တာပွားရန်

အားလုံးသတ္တဝါတွေ ကျန်းမာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ၊
ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊
**အစစအရာရာ အဆင်ပြေကြပါစေ။**

အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဘေးကင်းကြပါစေ၊ ရန်ကင်းကြပါစေ၊
စိုးရိမ်ခြင်းကင်းကြပါစေ၊ ပူဆွေးခြင်း ကင်းကြပါစေ၊
**ကြည်လင်ရွှင်လန်း ချမ်းမြေ့ကြပါစေ။**

အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဒေါသ မာန်မာန ကင်းကြပါစေ၊ ရန်မူလိုခြင်း ကင်းကြပါစေ၊
နှိပ်စက်လိုခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ သတ်ဖြတ်လိုခြင်း ကင်းကြပါစေ၊
ရန်ငြိုးသိုခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ မနာလိုခြင်း ကင်းကြပါစေ၊
**စိတ်ထားဖြူစင် မေတ္တာဝင် ချစ်ခင်ကြင်နာကြပါစေ။**

အားလုံးသတ္တဝါတွေ လိမ်ညာလှည့်ဖြား ရှောင်ရှားကြပါစေ၊
ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲ ရှောင်လွှဲကြပါစေ၊
ကုံးချောစကား ရှောင်ရှားကြပါစေ၊ ကြမ်းတမ်းစကား ရှောင်ရှားကြပါစေ၊
ကြိမ်းမောင်းစကား ရှောင်ရှားကြပါစေ၊ ရန်လိုစကား ရှောင်ရှားကြပါစေ၊

အနှစ်မဲ့စကား ရှောင်ရှားကြပါစေ၊ အကျိုးမဲ့စကား ရှောင်ရှားကြပါစေ၊
**ဟုတ်မှန်ကျိုးရှိ အနှစ်ပြည့်၍ ပိယဝါစာ ချိုသာစကား မေတ္တာထား ပြောကြားကြပါစေ။**

အားလုံးသတ္တဝါတွေ သူ့ပစ္စည်းကို ရယူလိုခြင်း ကင်းကြပါစေ။
သူ့အကျိုးကို ဖျက်ဆီးလိုခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ အယူမှားကို စွဲယူလိုခြင်း ကင်းကြပါစေ၊
**ယူမှားကင်းကြ လောဘကိုသိမ်း ဒေါသထိန်း အေးငြိမ်းကြပါစေ။**

အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဥစ္စာဓနေ ပြည့်စုံကြပါစေ၊ အလှူဒါန ပြုနိုင်ကြပါစေ၊
ကိုယ်ကျင့်သီလ ထိန်းနိုင်ကြပါစေ၊ ဥပုသ်သီလ စောင့်နိုင်ကြပါစေ၊
သမထတရား ပွားနိုင်ကြပါစေ၊ ဝိပဿနာတရား ပွားနိုင်ကြပါစေ၊
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာကြပါစေ၊
**လိုအင်ဆန္ဒ မှန်သမျှ ပြည့်ဝကြပါစေ။**

သူတော်စိတ်မြတ်၊ အငြိမ်းဓာတ်၊ လွှမ်းပတ်ကမ္ဘာတည်ပါစေ။
မေတ္တာစိတ်မြတ်၊ အအေးဓာတ်၊ လွှမ်းပတ်ကမ္ဘာခြုံပါစေ။
သတ္တဝါမှန်သမျှ၊ ဘေးမခ၊ အေးမြချမ်းသာရှိပါစေ။
သတ္တဝါမှန်သရွေ့၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့သာယာရှိပါစေ။

# ဆုတောင်းအမျှဝေ

ယနေ့ ယခု တပည့်တော်တို့ ပြုစုရသော ဤ(ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ) ကောင်းမှု အစုစုတို့ကြောင့် တပည့်တော်တို့သည် ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့နှင့်သာ တွေ့ကြုံဆုံဆည်း ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံ ရ၍ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့ ဟောပြောသော တရားမှန် စကားမှန် တို့ကို နာခံ မှတ်သားရသဖြင့် ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့ ကျင့်ကြံ နေထိုင်ကြသည့်အတိုင်း ဆင်းရဲငြိမ်းကြောင်း အကျင့်ကောင်း အကျင့်မှန်တို့ကို ကျင့်ကြံ ပွါးများ ကြိုးစား အားထုတ်နိုင်ကြသဖြင့် ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက် ပြုရပါလိုကုန်၏ အရှင်ဘုရား။

ဤကောင်းမှု အစုစု၏ အဖို့ဘာဂကို မိဘဘိုးဘွား ဆရာသမားတို့မှစ၍ အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့အား အမျှ ပေးဝေ ပါကုန်၏။

အမျှရ၍ ချမ်းသာကြပါစေ။

အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။

**[အမျှ တစ်ကြိမ်မျှ ဝေလျှင် လုံလောက်ပါပြီ။]**

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။

**သတ္တဝါမှန်သရွေ့၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့သာယာ ရှိပါစေ။**

## စိတ်ကိုထိန်းသူ

မြင်နိုင်ခဲစွ၊ သိမ်မွေ့လှ၍၊ သူကျလိုရာ၊ ကျတတ်ပါသည့်၊ ပမာမျောက်နှိုင်း၊ စိတ်ဆင်ရိုင်းကို၊ ချင့်ချိန်ဉာဏ်ယှဉ်၊ သမ္မဇဉ်နှင့်၊ အစဉ်ချွန်းအုပ်၊ သတိချုပ်၍၊ မလှုပ်မယိုင်၊ ကောင်းစွာနိုင်သော်၊ ဖွံ့ခိုင်ဖြိုးဖြိုး၊ ချမ်းသာတိုးသည်၊ ကောင်းကျိုးကြွယ်လိမ့်မည်သာကို။

## စိတ်ကိုမထိန်းသူ

မြင်နိုင်ခဲစွ၊ သိမ်မွေ့လှ၍၊ သူကျလိုရာ၊ ကျတတ်ပါသည့်၊ ပမာမျောက်နှိုင်း၊ စိတ်ဆင်ရိုင်းကို၊ ထူးသိုင်းဖြေချွတ်၊ ထင်တိုင်းလွှတ်၍၊ မကျွပ်မထိန်း၊ ညွှတ်တိုင်းယိမ်းက၊ အေးငြိမ်းချမ်းသာ၊ မရပါဘဲ၊ ပူဗျာဆင့်ကဲ၊ လွန်ဆင်းရဲသည်၊ မိုက်မဲသူတို့လမ်းစဉ်တည်း။